ماہنامہ

باورچی خانہ

کراچی

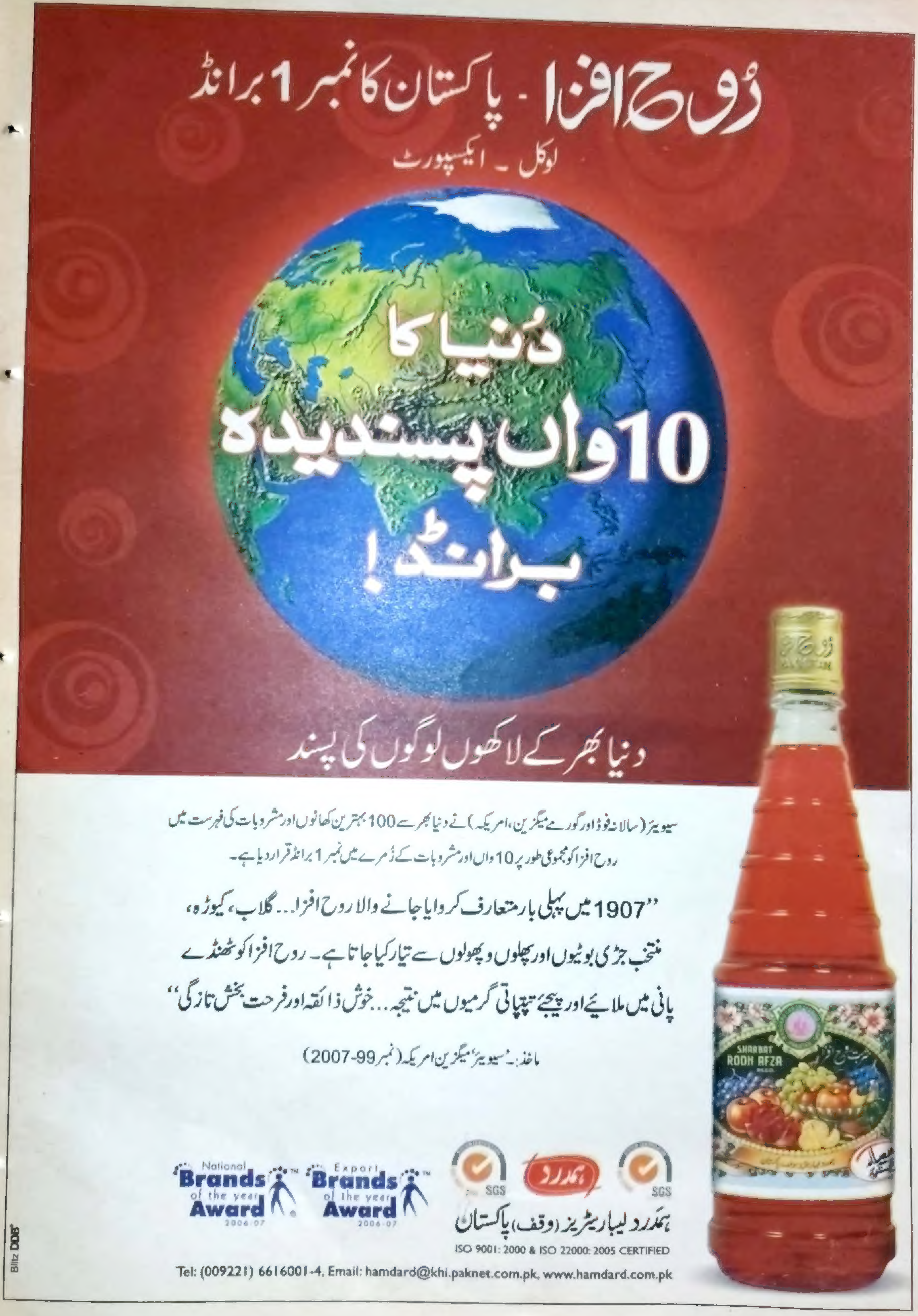
جولائی 2008

ماہرین کا انتخاب آپ کیلئے

Pakistan	Rs.	40.00
U.A.E	Dh.	08.00
India	Rs.	70.00
Behrain	Dn.	01.00
K.S.A	S.R	08.00
Kuwait	Dn.	01.00

صحت کیلئے Best
کینولا کوکنگ آئل
سُلطان
ہر کھانے میں - ہر گھرانے میں
Sultan
CANOLA COOKING OIL
5 Litres Net
CONTAINS VITAMINS A, D & E
Sultan
CANOLA COOKING OIL
الہلال انڈسٹریز (پرائیویٹ) لمیٹڈ
UAN: 111-737-111 www.al-hilal.com.pk سلطان نگر. وہاڑی روڈ. ملتان

National
FOODS
SINCE 1970
www.nfoods.com
خوشبو اور ذائقہ ایسا کہ بس!
جب کھانا بنانا ہو عزت کا سوال، تو کھانا چاہے جیسے بنائیں
مگر نیشنل ریسیپی ساشے ضرور ملائیں۔ تاکہ آپ کے
کھانوں میں بھی وہ خوشبو اور ذائقہ آجائے کہ بس!!
National
بمبئی بریانی
Bombay Biryani
MASALA MIX
عزت کا سوال ہو تو... نیشنل ریسیپی کا جواب نہیں
صرف 12 روپے میں
مصالحہ ہمارا، سلیقہ تمھارا
and more...


رُوح افزا - پاکستان کا نمبر 1 برانڈ
لوکل - ایکسپورٹ
دُنیا کا
10واں پسندیدہ
برانڈ!
دنیا بھر کے لاکھوں لوگوں کی پسند
سیوییرَ (سالانہ فوڈ اور گورمے میگزین، امریکہ) نے دنیا بھر سے 100 بہترین کھانوں اور مشروبات کی فہرست میں
روح افزا کو مجموعی طور پر 10 واں اور مشروبات کے زُمرے میں نمبر 1 برانڈ قرار دیا ہے۔
''1907 میں پہلی بار متعارف کروایا جانے والا روح افزا... گلاب، کیوڑہ،
منتخب جڑی بوٹیوں اور پھلوں و پھولوں سے تیار کیا جاتا ہے۔ روح افزا کو ٹھنڈے
پانی میں ملایئے اور پیجیے تپتپاتی گرمیوں میں نتیجہ... خوش ذائقہ اور فرحت بخش تازگی''
ماخذ:۔ 'سیوییرَ' میگزین امریکہ (نمبر 99-2007)
SHARBAT
ROOH AFZA
National Brands of the year Award 2006-07
Export Brands of the year Award 2006-07
SGS
ہمدرد
SGS
ہمدرد لیبارٹریز (وقف)، پاکستان
ISO 9001: 2000 & ISO 22000: 2005 CERTIFIED
Tel: (009221) 6616001-4, Email: hamdard@khi.paknet.com.pk, www.hamdard.com.pk
Blitz DDB

گولڈن سن
مزہ اور صحت اب سب فِٹ ہے
گولڈن سن کوکنگ آئل اور گولڈن سن بناسپتی
صحت اور ذائقے کا بہترین ملاپ!
Golden Sun
Cooking Oil
Golden Sun
Banaspati
Golden Sun
Banaspati
IFFCO
manhattan

Trust™
Finest Sanitary Napkins
Dry and Comfortable
DIAPY™
Disposable Diapers
PAN Industries (Pvt.) Ltd.
MAKERS OF QUALITY HYGIENE PRODUCTS
Regular Packs
Economy Packs
www.trust-pan.com.pk
www.diapy.com
جب بے بی خوش، تو سب خوش
زندگی کی خوشیاں کبھی کم نہ ہوں

BAKE PARLOR
بڑا گفٹ بڑا مزہ
بیک پارلر بریڈ میں موجود کوپن اسکریچ کریں
اور ہر روز اپنی فیملی کے ساتھ نئی ڈش انجوائے کریں۔
Tikka Macaroni
PASTA
Macaroni Biryani
Macaroni Thai Green Curry
Khawsue
کھاؤسے
Free
BAKE PARLOR Charisma BREAD
25% EXTRA FREE
Hot'n Sour
Fajita Spaghetti
KE PARLOR
ADAM WORTH

Medora
for a more beautiful you
SHEER ROMANCE
CLASSY & ALLURING
SWEET PLEASURE
...harmonizing your fashion moods
Medora
Medora
NAIL POLISH
Medora
NAIL ENAMEL
Rich & Intense, Matte & Glossy, Bold & Classy
shades for nails & lips for all your dressing moods
AVAILABLE IN WIDE RANGE OF SHADES
MOL-07-08

adcom 0906-08

ENGLISH BOOT HOUSE (Pvt) Ltd.
Karachi.
EBH
Walk elegantly
into any situation
with EBH leather pumps
YOU CAN TELL A LOT ABOUT A WOMEN BY THE SHOES SHE WEARS:
Soft Style knows it's just as important to have stylish, fashion-forward shoes as it is to have shoes that are comfortable.
www.ebhshop.com

کھانے کو دیں
تیکھا مزہ!
خالص دہی اور روایتی مرچ مصالحوں سے بنا
نیسلے پودینہ رائتہ دے کھانوں کو ایسا تیکھا مزہ
کہ آپ ہاتھ روک نہ پائیں۔
Nestle
پودینہ رائتہ

MULTILOAD
ملٹی لوڈ
Cu375
ایک بار کا استعمال
5 سال تک کے وقفے کی سہولت
آج ہی اپنے سبز ستارہ
والی کلینک سے رجوع کریں۔
لمبے عرصے کا تحفظ۔
ادویات جیسے ضمنی اثرات سے محفوظ۔
کسی بھی وقت ڈاکٹر کے مشورے سے اسے نکالا جا سکتا ہے۔
دودھ پلانے والی ماؤں پر کوئی مضر اثرات نہیں۔
سبز ستارہ
MULTILOAD
Cu375
Intrauterine Contraceptive Device
To Be Inserted By
Trained Health Practioner
Manufactured by
N.V. Organon
Oss, The Netherlands
LOWE & RAUF
مزید معلومات یا مشورے کے لئے مفت کال کیجیئے: 0800-11171

ماہرین کا انتخاب آپ کیلئے

ماہنامہ کراچی

باورچی خانہ

حبیب ہادی	نوید جمیل
عالیہ بیگم	نوید غنی
سمیرا ناز	کاشف
سویرا فلک	اشرف الحق
محب۔ احرار	101، R-124 [illegible]
نوید احمد۔ محمد علی وصی	[illegible] کراچی پاکستان۔
منیر احمد، سلمان ابرار	453-1122, 453-1133, 431-6530
سید ثاقب علی بخاری	Fax : 021-452-8822
قاضی منور عالم ایڈوکیٹ	channels@cyber.net.pk

Volume 9 No. 07

جولائی 2008ء

عزیز قارئین!

السلام علیکم

دعا ہے کہ آپ سب خیریت سے ہوں۔ ماہ جولائی کا شمارہ آپکے ہاتھوں میں ہے۔ سرمئی بادلوں کے ساتھ نرم و لطیف ہوا کے خوشگوار جھونکے اور سوندھی مٹی کی بھینی بھینی خوشبو بھی آپکے ہمراہ ہوگی کہ برسات کی آمد ہوچکی ہے اور ہر بار کی طرح اس خاص موسم میں ہم آپکے لیے لے کر آئے ہیں چند خاص سوغاتیں جس میں موسم برسات کے پکوان اور موسم برسات کی مخصوص ٹپس سرفہرست ہیں۔

دیگر مستقل سلسلوں اور مزیدار تراکیب کے علاوہ حسن وصحت سے متعلق مضامین جو "باورچی خانہ" کا خاصہ ہیں، بھی خصوصیت سے شامل اشاعت ہیں۔ اس ماہ کے اہم موضوعات کریلے کی غذائیت، ڈپریشن، فالج اور مون سون بیوٹی ٹپس ہیں۔ اب ایک خاص اعلان، آنے والے شمارے، خصوصی شمارے ہوں گے یعنی ماہ اگست سالنامہ وسالگرہ نمبر، ماہ ستمبر رمضان المبارک نمبر اور ماہ اکتوبر عید نمبر۔ آپ تمام قارئین کرام سے گزارش ہے کہ ان خاص نمبروں کے لیے اپنے مضامین ہمیں جلد از جلد ارسال کردیں۔

چلتے چلتے ایک اہم بات، آپکی آراء، تجاویز اور مشورے ہمارے لیے بہت قیمتی ہیں۔ اس لیے رابطوں کے اس سلسلے کو جاری وساری رکھیے گا۔

دعاؤں میں یاد رکھیے گا اور اپنا خیال رکھیے گا۔

خدا حافظ......

حبیب ہادی

سوغات

اداریہ 13

خزینۂ اخلاق 15

ماہ رجب کی اہمیت وفضیلت 16

کریلے کی کڑواہٹ پر نہ جائیں 19

جھولا ڈالو ری سکھی کہ ساون آیا 20

فالج 22

باورچی خانہ کے پکوان 24

برسات کے پکوان 46

سلاد، اچار، چٹنیاں، رائتے اور مربہ جات.. 47

پکنک ریسپیز 52

موسم برسات میں حسن نکھاریں 54

جب بھوک ہو تھوڑی تو اسنیکس کریں انجوائے 55

دیس بدیس کی ضیافتیں 56

ملک کا بجٹ تو آگیا 58

ڈپریشن 60

اچھا کھانا، ہلکا کھانا 62

باورچی خانہ آپکے ہاتھوں میں 64

فرصت کے اوقات کو کام میں لائیے 67

ہائے رے پسینہ 68

برسات کی بہاریں 71

بچا کچا کھانا بیکار نہیں 72

گھر کی آرائش...... نئے ڈھنگ سے کریں 74

دھنک رنگ باورچی خانہ 76

یہ ہے درست حل 79

پرفیوم کے استعمال میں موسم محفل.. 80

چٹ پٹا کھانا کھالیا اب کچھ میٹھا ہوجائے 83

بچوں کے خوف سے کیسے نمٹا جائے 84

طبی مشورے 87

طنز ومزاح 89

شادی کی رسومات 91

آپا...... (اسٹوری) 93

کیا آپ میں راز چھپانے کی صلاحیت ہے؟ 94

خطوط کی محفل 95

تصویری خبرنامہ 97

ستارے کیا کہتے ہیں 98

4314981-83 ... N-79 ...

... (92-42)7249826 ...

(92-51)595211

... 114457 ... 971-4-3932666-3937111

971-4-3939460 ... pcentre@emirates.net.aepublisher

... حبیب ہادی ... 982/8 ...

[illegible] معلومات کے لئے شائع کرتے ہیں ان کا احترام ہم سب پر فرض ہے اس لئے ان کلمات کو اسلامی احکامات کے عین مطابق بے حرمتی سے محفوظ رکھیں۔ (ادارہ)

آفتاب قرشی
ARQ GULAB
(ROSE WATER)
100% Natural
آنکھیں شاداب چہرہ لاجواب
عرق گلاب قدرت کا انمول عطیہ ہے
اس کا روزانہ استعمال آنکھوں کو ٹھنڈا، شفاف اور روشن رکھتا ہے۔
چہرے کی رنگت نکھارتا ہے، جلد میں نمی برقرار رکھتا ہے اور تازگی جگاتا ہے۔
Another Project of Qarshi Family
Aftab Qarshi Herbal Laboratories

خزینۂ اخلاق

باپ کی خدمت کا انعام

ایک شخص کے چار بیٹے تھے۔ جب وہ بیمار ہوا تو اس کے خدمت گزار بیٹے نے اپنے تینوں بھائیوں سے کہا کہ تم اپنی ساری جائیداد میرے نام لکھ دو۔ اس کے عوض میں باپ کی خدمت نہیں کروں گا۔

انہوں نے کہا ہمارا دماغ خراب ہے۔ جائیداد بھی دے دیں اور تو خدمت سے بھی آزاد ہو جائے۔

اس نے کہا پھر دوسرا کام کر لو وہ یہ کہ میری جائیداد بھی لے لو اور باپ کی خدمت چھوڑ دو۔ میں باپ کی خدمت اکیلا کروں گا۔

انہوں نے کہا اور ہمیں کیا چاہیے، لاؤ اس نے لکھوالیا۔ میری ساری جائیداد تمہاری اور تم تینوں باپ کی خدمت میں حصہ نہیں لو گے۔

انہوں نے کہا ٹھیک ہے ہمیں منظور ہے اور اس نے باپ کی خدمت میں سب کچھ لگا دیا اور اس کی دعائیں لیتا رہا۔

باپ مر گیا اور یہ کنگلا ہو گیا اور اب بیچارے کے فاقے کے دن آ گئے۔ ایک دن کا فاقہ پھر دو دن کا، پھر تیسری رات خواب میں دیکھا کہ فلاں جگہ سو دینار ہیں، جا کر نکال لو۔

اس نے کہا برکت والے ہیں؟ کہا گیا برکت والے نہیں ہیں۔ اس نے کہا، ''مجھے نہیں چاہیے۔''

صبح بیوی سے کہا کہ میں نے رات میں یہ خواب دیکھا، بیوی نے کہا اللہ کے بندے تمہیں برکت کی پڑی ہوئی ہے، ایسے ہی لے لیتے، یہاں ہمیں بھوک کی پڑی ہے۔

اس نے کہا نہیں نہیں، ہم بے برکت کا نہیں لیں گے۔

دوسرے دن پھر خواب دیکھا کہ فلاں جگہ دس دینار ہیں، جا کر لے لو۔

پھر اس نے پوچھا، برکت کے ہیں، کہا گیا بے برکت کے ہیں۔ اس نے کہا مجھے نہیں چاہئیں۔

پھر صبح بیوی کو خواب سنایا، بیوی نے کہا خدا کے بندے میں بھوک سے مر رہی ہوں، تمہیں برکت کی پڑی ہوئی ہے۔

کہا نہیں نہیں، ہمیں بے برکت کا نہیں لینا۔

تیسرے دن پھر خواب دیکھا کہ فلاں جگہ ایک دینار پڑا ہے جا کے نکال لو۔

پھر پوچھا برکت والا ہے؟ کہا ہاں برکت والا ہے۔

پھر صبح اٹھ کر اس جگہ جا کر وہ ایک دینار نکال لیا۔ راستے میں آتے ہوئے مچھلی خریدی، مچھلی کو گھر لا کر جب چیرا تو پھیپھڑے سے دو موتی نکلے۔ (عربوں کا دستور ہے کہ پوری مچھلی لے کے آتے ہیں ہماری طرح صاف نہیں کرتے۔) پھر دوڑ کے بازار میں گیا۔ اس زمانے کے تاجر ہم جیسے تو تھے نہیں اگرچہ لوگ اچھے بھی ہوتے ہیں، انہوں نے کہا، بھائی ہم اس کی قیمت اتنی نہیں دے سکتے آپ بادشاہ کے پاس جائیں۔

وہ ایک موتی بادشاہ کے پاس لے گیا تو بادشاہ نے پوچھا اس کی قیمت کیا ہے۔

اس نے کہا اٹھارہ اونٹ بھر کے سونے کے دے دیئے جائیں تو یہ اس کی مناسب قیمت ہے۔

بادشاہ نے کہا، نہیں اس کی قیمت اٹھارہ خچر بھر کے سونا دوں گا، وہ راضی ہو گیا اور خچر بھر کے گھر لایا اور بیوی سے کہنے لگا اب پتہ چلا برکت کیا ہوتی ہے۔ یہ ہے لو۔

کچھ عرصہ گزارا تو کسی نے بادشاہ سے کہا بادشاہ سلامت اس قسم کے موتی دو ہوتے ہیں بادشاہ نے اس کو بلوایا اور کہا کہ اس کے ساتھ والا دوسرا ہے؟

اس نے کہا، جی ہے۔

بادشاہ نے کہا وہ بھی دے دو۔

تو اس نے بادشاہ سلامت کو کہا، پہلے آپ نے قیمت لگائی تھی، اب میں قیمت لگاؤں گا۔

باشاہ کہنے لگا ہاں ہاں، تم جو کہو گے ہم دے دیں گے۔

کہا، جی مجھے ساٹھ خچر بھر کے سونا دے دیں۔ بادشاہ نے کہا بھائی دے دو ساٹھ خچر۔

یہ ساری دولت اسے کہاں سے ملی؟ باپ کی دعا سے، باپ کی دعا یہ رنگ دکھاتی ہے۔

قوم شعیب علیہ السلام اور عذاب الٰہی

قوم شعیب علیہ السلام کا اللہ نے قصہ سنایا، یہ تاجر قوم تھی، وہاں چل رہا تھا، دکھانا کچھ اور دینا کچھ، تولنے میں کم، ناپنے میں کم، یہ سارا کام وہاں ہو رہا تھا ہو اور بڑھتا چلا گیا اور دنیا کی تجارت انہوں نے قبضے میں کر لی اور شعیب علیہ السلام نے کہا کہ بھائیوں باز آ جاؤ۔

''صحیح تولو، صحیح ناپو، ناپ تول میں کمی نہ کرو''۔

جواب آیا:

''اے شعیب علیہ السلام! بس تو مسجد میں بیٹھ جا، ہمارے کاروبار میں دخل نہ دے، یہ تیری نمازیں ہمیں کہتی ہیں کہ ہم باپ دادا کا طریقہ چھوڑ دیں اور ہم اپنے کاروبار تیرے طریقے پر کریں گے تو ہم تو بھوکے ہو جائیں گے۔''

قوم شعیب علیہ السلام نے کہا کہ:

''میاں شعیب اپنے گھر بیٹھ جاؤ، ہمیں تیری تبلیغ نہیں چاہیے، ہمیں اپنا کاروبار کرنے دے''۔

سارے اعتراضات شعیب علیہ السلام کی قوم نے کیے کہ:

پھر کاروبار کیسے چلے گا؟

منڈیاں کیسے چلیں گی؟

اللہ نے اس قوم پر تین عذاب بھیجے پہلی وجہ تو یہ کہ کافر تھیں، ان پر ایک ایک عذاب آیا، دوسری وجہ یہ کہ کافروں کے ساتھ بد دیانت تھے، تیسری وجہ یہ کہ لوگوں کا حق بھی لوٹتے تھے تو اللہ نے ان پر تین عذاب مارے۔

1۔ زلزلہ

2۔ چیخ

3۔ انگاروں کی بارش

اللہ نے ایک گرم ہوا بھیجی، وہ جھلس گئے، تڑپ گئے، آبلے پڑ گئے، تو اس کے بعد ایک دم ہوا ٹھنڈی ہوئی تو سارے بھاگ کے باہر آ گئے کہ شکر ہے ٹھنڈی ہوا آئی، اوپر سے بادل آیا، کہا شکر ہے بادل آیا، اس کے ساتھ ہی زمین میں زلزلہ آنا شروع ہوا اور اس کے اوپر فرشتے کی چیخ آئی اور اوپر وہ بادل کالا ایک دم سرخ ہو گیا۔ پھر اس میں سے ایک دم بڑے بڑے انگارے برسے اور ساری شعیب علیہ السلام کی قوم اور مدین کی منڈی کو اللہ نے جلا کر راکھ کر دیا۔

''وہ قوم ثمود جو پہاڑوں کو کھود کر گھر بناتی''۔

پھر ایک قوم ثمود آئی، انہوں نے سنا تھا کہ عاد کو ہوا نے اڑا دیا تھا، تو انہوں نے پہاڑ کے اندر گھر بنائے کہ اندر ہمیں کون کچھ کہے گا، اندر تو ہوا جا ہی نہیں سکتی، جائے بھی تو کہاں تک اندر جائے گی، نافرمانی نہیں چھوڑی، تو اللہ تبارک وتعالیٰ نے ہوا نہیں بھیجی، ایک فرشتہ آیا (بھیجا)

انہوں نے مکر کیا۔

ہم نے ان کے مکر کو توڑ دیا۔

''آ ن ان کا ان جا م دیکھو''۔

''اللہ تعالیٰ نے کہا'' یہ دیکھو، ایک فرشتہ آیا اس نے چیخ ماری اور ان کے کلیجے پھٹ گئے، چہرے نیلے اور کالے ہو گئے اور ساری قوم کو اللہ نے آن کی آن میں ہلاک کیا۔

صدقۂ جاریہ

حضرت ابن شقیر بہت بڑے بزرگ تھے، خواب دیکھا کہ قبرستان پھٹا اور ان سے مردے نکلے اور کچھ چننے لگے، ان میں سے ایک آدمی جا کر درخت پہ ٹیک لگا کے بیٹھ گیا۔ یہ اس کے پاس گئے اور کہا بھائی یہ کیا ماجرا ہے؟

اس نے جواب دیا، یہ ہم مسلمان جو پہلے مر چکے ہیں وہ ہیں اور یہ جو چن رہے ہیں یہ وہ ثواب ہیں جو پیچھے لوگ ان کو پہنچا رہے ہیں۔

تو بزرگ نے کہا تو کیوں نہیں چنتا؟

اس نے کہا میرا حساب تھوک کا ہے، مجھے بہت ملتا ہے۔

کیسے ملتا ہے؟

کہا میرا بیٹا حافظ قرآن ہے، ایک قرآن روزانہ پڑھ کر بخش دیتا ہے، مجھے یہ چننے کی ضرورت ہی نہیں پڑتی۔

بزرگ نے کہا کیا کرتا ہے تیرا بیٹا؟

کہا میرا بیٹا فلاں بازار میں مٹھائی کی دوکان کرتا ہے۔

صبح آنکھ کھلی تو وہاں گئے، دیکھا ایک نوجوان بڑی خوبصورت داڑھی والا، بڑا نورانی چہرہ، اپنا سودا بھی بیچ رہا ہے اور ساتھ ہونٹ بھی ہلا رہا ہے۔ انہوں نے کہا، بچہ کیا کر رہے ہو؟

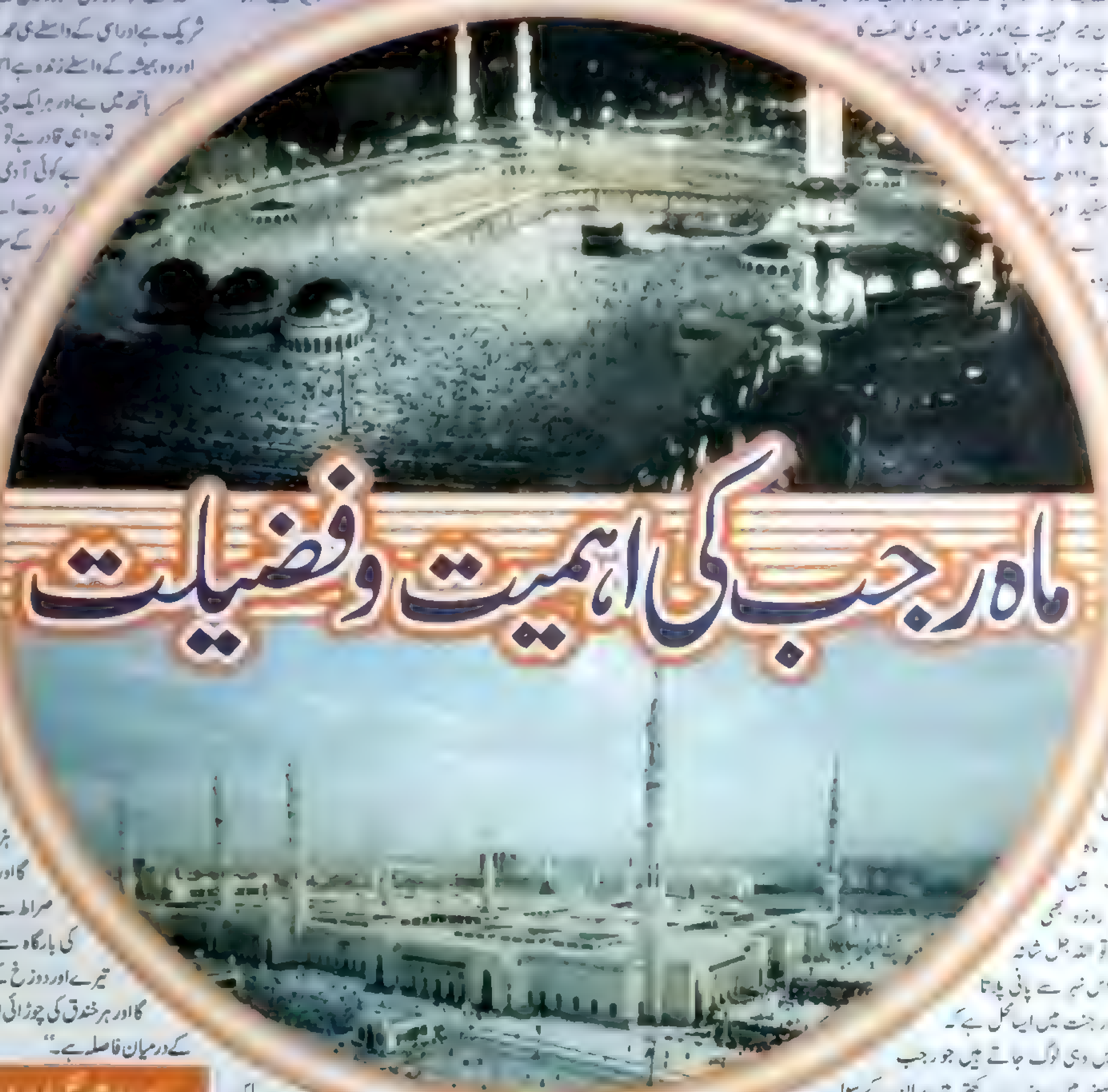
نوجوان نے کہا جی قرآن پڑھ رہا ہوں۔ کس لیے؟ کہا، جی میرے باپ نے میرے اوپر احسان کیا اور مجھے قرآن پڑھایا اور زندگی میں میرے لیے بہت جتن کیے۔ میں چاہتا ہوں کہ ان کے احسان کا بدلہ دوں، اس لیے میں روزانہ ایک قرآن پڑھ کر ان کو بخش دیتا ہوں۔

کوئی سال گزرا تو دوبارہ خواب دیکھا، وہی قبرستان، وہی مردے، وہ آدمی جو ٹیک لگا کے بیٹھا تھا، اس کو دیکھا۔ وہ بھی چنتا پھر رہا ہے، تو ایک دم آنکھ کھل گئی، تو صبح ہی صبح جب بازار کھلا تو اس بازار میں گئے، پوچھا بھئی یہاں ایک نوجوان حلوائی تھا وہ کہاں گیا؟ پتا چلا کہ اس کا انتقال ہو گیا ہے، تب بزرگ کو سمجھ آیا کہ اب کی بار وہ شخص بھی کیوں چن رہا تھا۔

اخلاص کی روح

حضرت جنید بغدادیؒ فرماتے کہ میں نے اخلاص ایک حجام سے سیکھا ہے۔ جب میں مکہ معظمہ میں تھا، ایک حجام ایک خواجہ کی حجامت بنا رہا تھا۔ میں نے کہا ''کیا میرے بال بھی خدا کے لیے کاٹ دو گے؟'' اُس نے کہا ''ہاں''۔ اس کی آنکھوں میں آنسو بھرے ہوئے تھے۔ ابھی تک اس خواجہ کی حجامت پوری نہ بنی تھی کہ حجام نے کہا ''آپ اب اٹھ جائیے کیونکہ جب خدا کا نام درمیان میں آ گیا، میں نے سب کچھ پا لیا۔'' پھر مجھ کو بٹھایا۔ میرے سر کو بوسہ دیا اور میرے بال مونڈ دیئے۔ اس کے بعد مجھے ایک کاغذ دیا اس میں ریزگاری تھی۔ مجھ سے کہا ''اسے اپنی ضرورت پر خرچ کرنا۔'' میں نے جب اُس کی یہ حالت دیکھی تو نیت کی کہ اول جو کشائش مجھے نصیب ہو گی، میں اس کے ساتھ مروّت کروں گا۔ ابھی بہت دن نہ گزرے تھے کہ لوگوں نے مجھے بصرہ سے ایک اشرفیوں کی تھیلی بھیج دی، میں اُسے لے کر اسی حجام کے پاس گیا، جب میں نے وہ تھیلی اُس کو دی تو اس نے کہا ''یہ کیا ہے؟'' میں نے کہا ''میری نیت یہ تھی کہ جو کشائش اول ہو گی وہ میں تمہیں دوں گا۔'' اس نے کہا ''تجھے خدا سے شرم نہیں آتی؟ تو نے مجھے کہا تھا کہ خدا کے لیے میری حجامت بنا دے، اور اب یہ کیا لے کر آیا ہے؟ کیا یہ اس کا عوض ہے؟ بھلا تو نے کہیں یہ دیکھا ہے کہ کوئی شخص خدا کے لیے کام کرے اور اس کا عوض طلب کرے؟''

ماہ رجب کی اہمیت و فضیلت



آنحضرت ﷺ کا ارشاد پاک ہے کہ ماہ رجب خدا کا مہینہ ہے
اور شعبان میرا مہینہ ہے اور رمضان میری امت کا
مہینہ ہے۔ رسول مقبول ﷺ نے فرمایا
کہ جنت میں ایک نہر بہتی
ہے اس کا نام "رجب"
ہے ...
... سفید اور
شہد ...

اگر
...
آدمی ماہ
رجب میں
ایک روزہ بھی
رکھے تو اللہ جل شانہ
اسے اس نہر سے پانی پلاتا
ہے اور جنت میں ایک محل ہے کہ
اس میں وہی لوگ جاتے ہیں جو رجب
کے مہینے میں روزے رکھتے ہیں، ان کے سوا
دوسرے لوگ اس میں داخل نہیں ہوتے۔ حضرت ابو ہریرہؓ
روایت کرتے ہیں کہ حضور اکرم ﷺ رمضان کے بعد دوسرے مہینوں میں
پورے ماہ کے روزے نہ رکھتے مگر رجب اور شعبان کے مہینوں میں رکھتے۔
حضرت انس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ اللہ کے رسول ﷺ نے فرمایا
ہے کہ جو آدمی آرام کے مہینوں میں جمعرات، جمعہ اور پیر کے دن روزے
رکھتا ہے اللہ تعالیٰ حکم دیتا ہے کہ اس کا نام لکھ لو اور اس کے حق میں نو سو برس کی
عبادت کا ثواب بھی درج کر دو۔

حضور ﷺ نے فرمایا ہے کہ ماہ رجب تو برائی کے ترک کرنے کے واسطے ہے اور شعبان کا مہینہ عمل اور عہد پورا کرنے کے لیے اور رمضان سچائی اور صفائی کے لیے ہے نیز رجب توبہ کرنے کا مہینہ ہے اور شعبان محنت کے واسطے اور رجب حرمت کے لیے ہے اور شعبان ماہ خدمت ہے اور رمضان نعمت حاصل کرنے کا مہینہ ہے اور رجب عبادت کا مہینہ ہے اور شعبان زیادہ کوشش کرنے کے واسطے ہے اور ماہ رمضان زیادتی حاصل کرنے کے لیے ہے اور رجب میں نیکیاں دوگنی ہوتی ہیں اور شعبان میں بندے کی برائیاں دور ہوتی ہیں اور رمضان میں اللہ تعالیٰ کی کرامتوں کا ظہور ہوتا ہے اور ماہ رجب نیکی میں آگے بڑھنے والوں کا مہینہ ہے اور شعبان نیکی میں متوسط چلنے والے لوگوں کا مہینہ ہے اور ماہ رمضان گناہ گاروں کی بخشش کے واسطے ہے۔

حضرت سلمان فارسی رضی اللہ عنہ روایت کرتے ہیں کہ رسول اکرم ﷺ نے فرمایا کہ اگر کوئی آدمی رجب کے مہینے میں ایک دن بھی روزہ رکھے گا تو گویا اس نے ایک ہزار سال کے روزے رکھے اور اگر ماہ رجب میں صدقہ دیتا ہے تو اس کا صدقہ ہزار دینار کے برابر ہوتا ہے اور اللہ تعالیٰ اس کے بدن کے بالوں کے برابر ہزار نیکی لکھ دیتا ہے اور ہزار درجہ اس کے مرتبے کو بلند کر

دیتا ہے اور ... اس کی

ہزار پریشانیاں دور کر دیتا ہے اور اس کے ہر ایک دن کے روزے اور صدقے کے عوض میں ہزار عمرہ کا ثواب اس کو مرحمت کرتا ہے اور جنت میں ایک ہزار گھر بنا دیتا ہے اور ہر ایک میں ہزار محل اور ہر ایک محل میں ہزار حجرے ہیں اور ہر ایک حجرے میں ایک ہزار خیمے ہیں اور ہر ایک خیمے میں ایک ہزار حوریں ہیں اور ان کو جو خوبصورتی اور روشنی عطا کی گئی ہے وہ آفتاب سے ہزار درجہ زیادہ ہے۔ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ "جو آدمی رجب کے مہینے میں پہلے دن کا روزہ رکھتا ہے وہ گویا سارے مہینے کے روزے رکھ لیتا ہے اور اگر کوئی سات روزے رکھے تو سات دروازے دوزخ کے اس پر بند کر دیے جاتے ہیں اور اگر آٹھ روزے رکھے تو اس کے واسطے آٹھ دروازے جنت کے کھولے جاتے ہیں۔ اور جو آدمی دس روزے رکھتا ہے اس کی برائیاں نیکیوں میں بدل جاتی ہیں اور جو آدمی اس مہینے میں اٹھارہ دن روزے رکھے گا اس کو آسمان سے ایک پکارنے والا کہے گا کہ اللہ تعالیٰ نے تیرے پہلے کے سب گناہ بخش دیے ہیں، اب آئندہ کے لیے نیک عمل شروع کر۔" اور پیغمبر ﷺ نے فرمایا کہ اگر کوئی آدمی ماہ رجب کے پہلے دن کا روزہ رکھے تو اللہ جل شانہ اس کے ساٹھ برس کے گناہ معاف کر دیتا ہے اور اگر کوئی پندرہ دن روزے رکھے تو قیامت کے دن اس کا حساب آسان ہوگا اور جو اس مہینے میں تیس روزے رکھتا ہے اس کے واسطے اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ میں اپنے اس بندے پر خوش ہو گیا ہوں اور اس کو عذاب نہیں دوں گا۔"

آپ ﷺ نے فرمایا کہ مہینے کے اوائل میں دس رکعت پڑھ اور ہر ایک رکعت میں ایک دفعہ سورۃ فاتحہ اور تین دفعہ قل ھو اللہ اور تین دفعہ قل یاایھا الکافرون اور جب سلام پھیرے تو اپنے دونوں ہاتھ دعا کے واسطے اٹھا اور یہ دعا پڑھ۔

"خدا کے سوا اور کوئی معبود نہیں ہے اور وہ یگانہ ہے اور نہ ہی اس کا کوئی شریک ہے اور اسی کے واسطے ہی حمد ہے اور وہ زندہ کرتا ہے اور وہی مارتا ہے اور وہ ہمیشہ کے واسطے زندہ ہے اس کو کبھی موت نہیں آتی اور نیکی اس کے ہاتھ میں ہے اور ہر ایک چیز پر قدرت رکھتا ہے۔ اے خداوند کریم! تو ہی قادر ہے تو جس کو چاہے دے اور جس کو تو دیتا ہے کوئی آدمی اس کو منع نہیں کر سکتا اور جس سے تو روکے اسے کوئی دینے والا نہیں۔ اگر تیری مرضی کے سوا کوئی کوشش کرے تو اس کی کوشش بیکار جاتی ہے۔"

... پھر ...
...
...
...
اور اسی طرح ... پڑھے۔

حضرت سلمانؓ نے عرض کیا کہ اے اللہ کے رسول ﷺ! میں اس نماز کو کیونکر ادا کروں اور کس وقت پڑھوں۔ اس نماز کے ثواب کے بارے میں رسول ﷺ کا فرمان ہے کہ ہر ایک رکعت کے عوض میں ہزار ہزار رکعت کا ثواب تیرے لیے لکھا جائے گا اور دوزخ سے آزادی لکھی جائے گی اور پل صراط سے باآسانی گزر ہو جائے گا۔ خداوند کریم کی بارگاہ سے تیری درخواست قبول ہو جائے گی اور تیرے اور دوزخ کے درمیان اللہ تعالیٰ 70 خندقیں بنا دے گا اور ہر خندق کی چوڑائی اس قدر ہوگی کہ جس قدر زمین اور آسمان کے درمیان فاصلہ ہے۔"

[illegible]

☆ماہ رجب کی پہلی شب کو عشاء کی نماز سے پہلے بیس رکعت نماز، 2،2 رکعت کر کے پڑھے۔ ہر رکعت میں "سورہ فاتحہ" کے بعد "سورہ کافرون" تین مرتبہ اور "سورہ اخلاص" تین مرتبہ پڑھے۔
انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کے پڑھنے والے کو اللہ تعالیٰ قیامت کے دن شہیدوں میں شامل کرے گا۔

☆ماہ رجب کی پہلی شب کو عشاء کی نماز کے بعد 2 رکعت نماز پڑھے اور ہر رکعت میں "سورہ فاتحہ" کے بعد "سورہ اخلاص" پانچ مرتبہ پڑھے اور پھر سلام پھیرنے کے بعد "سورہ اخلاص" ایک سو مرتبہ پڑھے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اس نماز کی برکت سے اللہ پاک اُسے صحت عطا فرمائے گا۔ بیماری صحت کے لیے یہ نماز بہت ہی افضل ہے۔

☆ماہ رجب کی ساتویں، پندرہویں یا ستائیسویں شب کو عشاء کی نماز کے بعد بیس رکعت نماز 2،2 رکعت سے پڑھے اور ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ اخلاص ایک مرتبہ پڑھنی ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ، اللہ تعالیٰ اس نماز کا بے حد ثواب عطا فرمائیں گے اور اس نماز کے پڑھنے والے کے گناہ ایسے جھڑیں گے۔ جیسے درخت کے سوکھے پتے جھڑ جاتے ہیں۔"

☆ستائیسویں شب کو عشاء کی نماز کے بعد چار رکعت نماز 2،2 رکعت کر کے پڑھے۔ اور ہر رکعت میں سورہ فاتحہ کے بعد سورہ اخلاص پڑھے اور اپنے گناہوں کی مغفرت طلب کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ اللہ پاک اپنی رحمتِ کاملہ سے اس کے گناہ معاف فرما کر اس کی مغفرت فرمائے گا۔"

☆حضور اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا ہے کہ اس ماہ کے روزے رکھنا بہت بڑی فضیلت کے حامل ہیں اور سب سے زیادہ ستائیس تاریخ کے روزے کا بہت بڑا ثواب ہے اور اس روزے کا ثواب ہزار روزوں کے برابر ہے۔"

MUNDIAL
زیتون کا تیل
موندیال زیتون کے تیل کو آپ جسطرح چاہیں
استعمال کر سکتے ہیں چاہے کھانا پکائیں،
پکوان تلیں، سلاد بنائیں، میدے پر لگائیں
یا روزانہ صبح ایک چمچ پینے کے
استعمال میں لائیں
اپنی صحت کا خیال رکھیں....
کیونکہ صحت ہے تو سب کچھ ہے
اہم صحت مند فوائد
دل کے تمام امراض کے خطرات اور
سینے کی جلن کو کم کرتا ہے
فائدہ مند کولیسٹرول (HDL) کو بڑھاتا ہے
اور خطرناک کولیسٹرول (LDL) کو کم کرتا ہے
بلڈ پریشر کو گھٹاتا ہے اور متوازن
رکھتا ہے
بلڈ شوگر کو بڑھنے نہیں دیتا
وٹامن A,D,E اور K کو جزوِ بدن
بننے میں مدد کرتا ہے
پتے کی رطوبت کو اسطرح حرکت میں رکھتا ہے
کہ جس کے باعث پتے میں پتھری نہ بن پائے
کھانے کو ہضم کرنے اور جزوِ بدن بننے
اور زخم کے بھرنے میں مدد کرتا ہے
IMPORTED from Spain
EXTRA VIRGIN OLIVE OIL
MUNDIAL
MUNDIAL
OLIVE POMACE OIL
30% Less Consumption than Normal Oils
دل جوان،
زندگی رواں!

مچلز کے 75 سال

باذوق لوگ تین نسلوں سے باغات کے تازہ پھلوں کی افادیت کو سمجھتے ہیں۔ یہ وہ خاص لوگ ہیں جو اپنے گھرانے کے لئے صرف بہترین چیزوں کا انتخاب کرتے ہیں۔ مچلز برانڈ کوالٹی کا دوسرا نام ہے جو ہمیشہ ان لوگوں کے معیار پر پورا اُترتا ہے۔

ہم آپ سب کرم فرماؤں کی حوصلہ افزائی کے شکر گزار ہیں اور ہمیں اس بات پر فخر ہے کہ
آپ کے ساتھ اعتبار کا یہ خاص رشتہ سات دہائیوں سے زائد پر محیط ہے۔

CELEBRATING 75 YEARS OF FARM FRESHNESS

MITCHELL'S

1933 - 2008

ORIENT

کریلے کی کڑواہٹ پر نہ جائیں

غذائیت سے فائدہ اٹھائیں

کریلا ایک مشہور سبزی ہے جو کھانے کے ساتھ ساتھ محاورے میں بھی استعمال ہوتی ہے۔

مزے دار ہوتا ہے۔ گوشت یا قیمہ کے ساتھ پکایا جاتا ہے۔ اس کے بیج اگر سخت ہوں تو نکال دیئے جاتے ہیں۔ پکانے سے پہلے اسے نمک لگا کر کاٹ کر دھوپ میں ذرا دیر رکھنے کے بعد دھوئیں اور پھر پکائیں کڑواہٹ کم ہو جائے گی اور ذائقہ کسی قدر مناسب ہو جائے گا۔

... صفرا اور بلغم کا دشمن ہے۔ سرد مزاجوں کے معدہ کو تقویت دیتا ہے۔ فالج، تقوہ، ذیابطیس، یرقان اور ورم کے لیے مفید ہے کریلوں کو سایہ میں خشک کر کے سفوف بنا کر دو ماشہ روزانہ کھانا فربہی کا ازالہ کرتا ہے۔ جب جگر کی خرابی ہو تو تازہ کریلے کا رس سات تولہ شہد 2 تولہ دودھ میں ملا کر سوتے وقت استعمال کرنا بہت مفید ہے۔ افریقہ میں پکے ہوئے کریلے کے بیج علیحدہ کر کے روغن میں ڈال کر زخموں پر لگاتے ہیں۔ ایشیا میں گھوٹ کر زخموں میں لگاتے ہیں۔

☆ کریلا قبض کشا ہے اور انسانی جسم سے ہر قسم کے زہروں اور رکے ہوئے فاسد مادوں کو بتدریج خارج کرتا ہے۔ کریلے کے نمکیات انسانی مشینری میں اس کمی کا بھی تدارک کرتے ہیں جو پسینہ کی صورت میں نمک خارج ہونے سے پیدا ہوتی ہے جن حضرات کا معدہ خراب، گیس کی زیادتی، بے چینی، تھکن، پاؤں جلنا اور پنڈلیاں بوجھل رہتی ہوں ان کے لیے ایک آسان سا نسخہ ہے۔ ایک چٹکی نمک سے پانچ چٹکی نمک تک حسب عمر و برداشت کریلے رات کو باہر (آسمان تلے) رکھ دیے جائیں اور صبح بغیر چھلکے اتارے اور بیج نکالے جوس نکال کر پی لینا چاہیے اس میں وٹامنز، فولاد اور نمکیات وافر مقدار میں ہوتے ہیں۔ ذیابطیس کے لیے بھی انتہائی مفید ہے۔

کریلے کے بارے میں عام طور پر کہا جاتا ہے کہ یہ ایک کڑوی سبزی ہے لیکن عجیب بات ہے کہ یہ سبزی جس قدر کڑوی ہے اسی قدر، بچوں، جوانوں اور بوڑھوں کو پسند ہے اور چھوٹے بڑے سب ہی اسے بڑی رغبت سے کھاتے ہیں۔

☆ گرمی کے موسم میں ٹھنڈے پانی اور مشروبات کا استعمال بڑھ جاتا ہے جس سے معدے کی رطوبت کمزور پڑ جاتی ہے اور پیچش سے معدے میں سدے پیدا ہو کر بدہضمی اور جلن کی تکلیف کو بڑھا دیتے ہیں۔ فاسد رطوبات پیدا ہوتی ہیں۔ ایسی صورت حال میں کریلا ایک عمدہ غذائی دوا کا کام کرتا ہے۔ ایک سو سے لے کر ڈھائی سو گرام کریلے لے کر سالم کوٹ کر ان کا پانی دو تین ہفتے استعمال کرنے سے معدے کا فعل درست ہو جاتا ہے۔ کریلے کی ترکاری نظام ہضم درست رکھتی ہے۔ کریلا اندرونی اعضاء کے فعل کو بیدار کر کے نظام ہضم کو صحیح رکھتا ہے اور معدہ کو تقویت دیتا ہے۔

کریلے کا ایک خاص فائدہ لبلبہ کی اصلاح ... پیشاب سے شوگر کا اخراج شروع ہو جاتا ہے اور تمام دن بار بار پیشاب آتا ہے۔ کریلا اس کے لیے ایک عمدہ تدبیر اور علاج ہے۔ لبلبہ کی اصلاح کے لیے اس سے بہتر کوئی اور سبزی نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ شوگر کے مریضوں کو کریلے کے استعمال کی ہدایت کی جاتی ہے۔

☆ گرمیوں کے موسم میں لوگوں کو پھوڑے پھنسیاں ہو جاتی ہیں۔ ایسے لوگ اگر کریلا سالم 60 گرام اور املتاس کے درخت کے تازہ پھول 50 گرام دونوں کو کوٹ کر اور پانی نکال کر پی لیں تو پھوڑے پھنسیاں ختم ہو جائیں گی اور خون صاف ہونے سے چہرے کی رنگت میں نکھار پیدا ہوگا۔

☆ کریلے کا استعمال گردہ مثانہ کی پتھری کو بھی ریزہ ریزہ کر دیتا ہے۔ اس کے ساتھ پیشاب آور ادویہ کا استعمال کرایا جائے تو پتھری بہت جلد خارج ہو جائے گی۔

☆ بواسیر ایک تکلیف دہ مرض ہے۔ اگر کریلے کے تازہ پتوں کا تین چمچے جوس ایک گلاس لسی میں ڈال کر روزانہ ایک ماہ تک صبح کے وقت پیا جائے تو بواسیر سے نجات دیتا ہے۔ بواسیر کے مسئلے کو ختم کرنے کے لیے کریلوں کی جڑوں کا پیسٹ ایک کارگر دوا ہے۔

☆ اگرچہ کریلا بہت ہی شفائی اثرات رکھنے والی سبزی ہے البتہ گرم مزاج لوگوں کو اس کے استعمال میں پرہیز کرنا چاہیے۔ بخار کی حالت میں کریلے کا استعمال کرنا چاہیے۔ کریلے کے ساتھ سبز دھنیا، مناسب گھی اور دہی ملانے سے اس کی گرمی کم ہو جاتی ہے۔

کریلے پکانے کا طریقہ

کریلے کا سالن تیار کرتے وقت اس کے بیج نکال کر صرف گھی میں بھونا جائے اور پانی بہت کم استعمال کیا جائے تو نہایت عمدہ اور ذائقہ دار ہوتا ہے۔ اگر کریلے کو گوشت یا قیمہ میں بھون کر تیار کیا جائے تو اس کا ذائقہ دو بالا ہو جاتا ہے۔ پکانے سے پہلے کڑواہٹ دور کرنے کے لیے بار بار دھونے سے بھی گریز کیا جائے۔

☆☆☆

کریلے کا اچار

اجزاء:

کچے کریلے (درمیانی سائز کے) : 1 کلو

کچے آم : ½ کلو

اچار کا مصالحہ : 125 گرام

نمک : 150 گرام

ہلدی : 100 گرام

تیل (سرسوں کا) 2 سے 3 لیٹر

ترکیب

کریلے چھیل لیجیے اور ... سے ... ڈال کر ... دیجیے۔ آموں کو ... چار ٹکڑوں میں ... لیجیے اور گٹھلی ... دیجیے۔ ... وقت تک ابال ... لیجیے۔ 6 سے 8 گھنٹے تک ... خشک ... لیجیے۔ آم کو ... لیجیے تا ... خشک ہو جائیں۔ کریلے اور آم میں ... نمک اور ہلدی پاؤڈر ... لیجیے۔ اب خشک مرتبان میں پہلے کریلے اور پھر آم ڈال دیجیے۔ ڈھکن ... چوبیس گھنٹوں کے لیے ... دیجیے۔ دوسرے دن مرتبان میں جمع شدہ پانی بہا دیجیے اور تیار کردہ مرکب کو صاف کپڑے پر پھیلا کر خشک کر لیجیے۔ مرتبان کو بھی دھو کر خشک کر لیجیے۔ تیل گرم کرنے کے بعد ٹھنڈا کر لیجیے۔ کریلے اور آموں میں اچار کا خشک مصالحہ اچھی طرح مکس کیجیے۔ اب خشک مرتبان میں پہلے کریلے اور آم ڈال دیں پھر اس کے اوپر پہلے سے ٹھنڈا کیا گیا تیل ڈال دیجیے۔ ڈھک کر اوپر صاف کپڑا باندھ دیجیے۔ 8 سے 15 دن تک دھوپ میں رکھیے۔

☆☆☆

کریلے پیاز

اجزاء:

کریلے : ½ کلو

پیاز : ½ کلو

ٹماٹر : 2 عدد

تیل/گھی : 250 گرام

نمک، سرخ مرچ پاؤڈر حسب ذائقہ

ہلدی پاؤڈر حسب ضرورت

ترکیب:

پہلے کریلوں کو اچھی طرح کھرچ کر چھیل لیں اور گول گول ٹکڑے کر لیں اور نمک لگا کر رکھ دیں۔ اس کے بعد پیاز کو لچھے دار کاٹ لیں۔ تیل یا گھی کو کڑاہی میں اچھی طرح کڑکڑا کر آدھی پیاز بادامی کر لیں۔ سرخ ہونے پر نمک، مرچ اور ہلدی ڈال کر اچھی طرح سے بھونیں۔ دوسرے فرائی پین میں تیل یا گھی کڑکڑا کر کریلوں کو اچھی طرح سے بھون کر مصالحے میں الٹ دیں اور اوپر سے بچی کچی ہوئی پیاز اور ٹماٹر کاٹ کر ڈال دیں اور ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب پانی بالکل خشک ہو جائے اور پیاز گل جائے تو اتار لیں۔ اتارتے وقت یہ خیال رہے کہ اوپر تیل یا گھی تیرتا نظر آئے اور پانی بالکل نہ ہو۔

☆☆☆

چنے کی دال بھرے کریلے

اجزاء:

کریلے : ½ کلو

دال چنا : 250 گرام

تیل/گھی : 250 گرام

نمک، سرخ مرچ پاؤڈر : حسب ضرورت

کھٹائی 1 چائے کا چمچ

ہری مرچ، ہرا دھنیا : تھوڑا تھوڑا

گرم مصالحہ پاؤڈر 1 چائے کا چمچ

ترکیب:

کریلوں کو کھرچ کر چھیل لیں اور بیچ سے کاٹ کر بیج نکال دیں اور نمک لگا کر رکھ دیں۔ دال کو دو گھنٹے پہلے بھگو کر رکھ دیں اس کے بعد اس میں نمک، مرچ ڈال کر اتنا پانی ڈالیں کہ دال گل جائے۔ دال گل تو جائے مگر دانہ ٹوٹے نہیں۔ اس کے بعد اس میں گرم مصالحہ، کھٹائی، ہری مرچ اور ہرا دھنیا کاٹ کر مصالحہ بنا لیں۔ کریلوں کو اچھی طرح سے دھو کر خشک کر لیں اور پھر اس میں یہ مصالحہ بھر کر دھاگے سے باندھ دیں اب کڑھائی میں تیل یا گھی کڑکڑا کر اس میں کریلے ڈال دیں۔ جتنی ہلکی آنچ پر سرخ کریں گے اتنے ہی مزیدار کریلے ہوں گے۔

[illegible]

...تے ہیں۔ ساون کی آمد کے ساتھ ہی شوخ رنگ ان رنگوں کی جگہ لے لیتا ہے ان شوخ رنگوں میں گہرا سبز اور کھلتا ہوا سرخ رنگ زیادہ غالب ہوتا ہے۔

[illegible]

جھولا ڈالو ری سکھی کہ ساون آیا

نسرین شاہین

[illegible]

ساون کی جھڑی لگتے ہی مٹی سے سوندھی سوندھی خوشبو ابھر کر دل و دماغ کو تراوٹ پہنچاتی ہے۔ [illegible]

گویا بہار یا ساون کا موسم شوخی اور تیزی کا اظہار ہے۔ کھیتوں میں ایک طرف سرسوں پھیلی ہوتی ہے اور یوں لگتا ہے، جیسے زمین نے پیلے رنگ کی چادر اوڑھ لی ہے۔ سرسوں کے پیلے پیلے پھول ہوتے ہیں، سرسوں کی فصل پکتے ہی گاؤں دیہاتوں میں لڑکیاں اپنے ہلکے رنگ کے کپڑے صندوق میں بھر کر گہرے سبز یا بے حد شوخ سرخ بھڑکیلے کپڑے نکال کر زیب تن کرتی ہیں۔ ساون میں جھولے ڈالے جاتے ہیں۔ نوجوان لڑکیاں ساون کے جھولے سے خوب لطف اندوز ہوتی ہیں۔

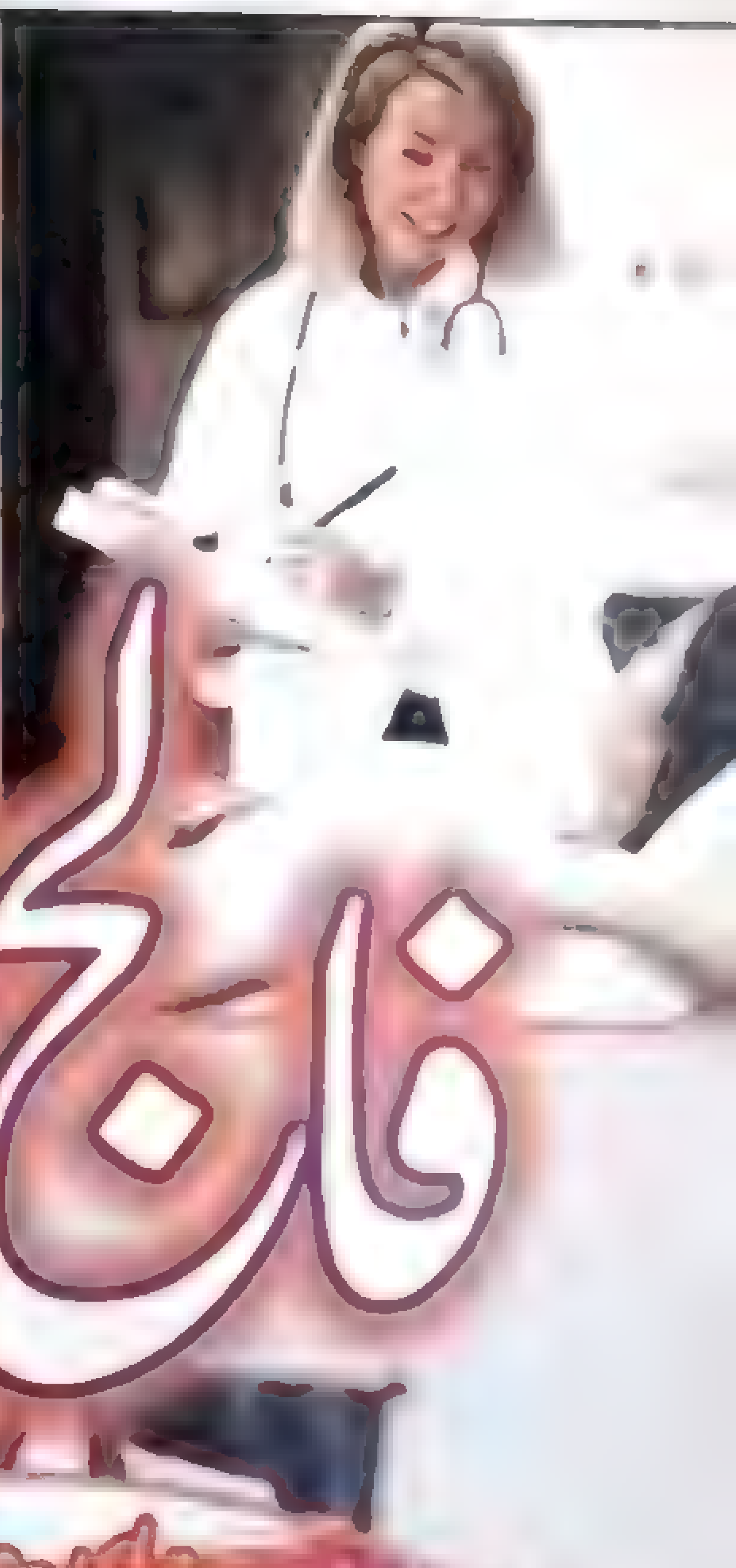
ساون کے پکوان بھی خوب مزہ دیتے ہیں، برسات کے ساتھ ہی بلکہ بعض اوقات آسمان پر کالے کالے بادلوں کی آمد کے ساتھ ہی ہر گھر سے پکوانوں کی مہک ہر سو پھیل جاتی ہے۔ کہیں سموسے، پکوڑے اور پوریاں تلی جا رہی ہیں تو کہیں سرسوں کا ساگ، مکئی کی روٹی، اچار وغیرہ سے موسم کا مزہ لیا جاتا ہے۔ آم بھی موسم برسات کا خاص پھل ہے۔ اس موسم میں آم کھانے والوں کے لیے خاص ہدایت یہ کی جاتی ہے کہ وہ ساون کی پہلی جھڑی سے پہلے آم نہ کھائیں تو بہتر ہے۔ کیونکہ آم اور بارش ایک دوسرے سے لازم و ملزوم ہے، بارش کے بعد درخت سے جھڑنے والے آم ذائقے میں زیادہ شیریں، لذیذ اور بے حد ہاضم ہوتا ہے، ساون سے پہلے کا آم انسانی جسم میں گرمی پیدا کرتا ہے۔

اگرچہ آم طبیعت میں معتدل اور [illegible] جب آپ آم کھائیں تو اس کے ساتھ [illegible] ختم ہو جاتی ہیں۔

شکار رہتی ہے۔ اس میں سب سے بڑا مسئلہ بجلی کا ہے۔ بجلی کے بغیر تو زندگی گزارنے کا تصور بھی محال سمجھا جاتا ہے۔ مگر صورتحال یہ ہے کہ ساون کی پہلی بارش کے ساتھ ہی بجلی کی آنکھ مچولی شروع ہو جاتی ہے، جبکہ ہمارے ملک کی زیادہ تر آبادی بہت چھوٹے چھوٹے گھروں میں زندگی گزارنے پر مجبور ہے۔ بجلی کی کمی ہوتے ہی ان گھروں کے مکینوں کی مشکلات میں اضافہ ہو جاتا ہے، گرمی کی حدت، حبس اور پسینے کے باعث جلدی امراض مثلاً خارش، الرجی وغیرہ عام ہو جاتے ہیں۔ ایسے میں بے احتیاطی سے آم کھانے کا شوق ان کے اندر کی گرمی کو ابال کر باہر لے آتا ہے۔ (یاد رہے کہ آم کھانے کے فوراً بعد جامن کھائے جائیں تو آم کی گرمی اپنا اثر کم دکھاتی ہے۔)

ساون کا موسم ایک پر لطف اور پر بہار موسم ہے، یہ دلوں میں پیار جگانے کا موسم ہے اس کی آمد سے ہریالی، سبزہ، خوشحالی اور عجیب سی طمانیت کا احساس پروان چڑھنے لگتا ہے اور ہر گاؤں دیہات کی لڑکیاں بالیاں، کچے گھروں سے باہر نکل کر جامن اور پیپل کے درختوں پر جھولے ڈال کر ٹھنڈی ٹھنڈی پھوار کا مزہ لیتی ہیں اور جھولوں پر پریوں کی طرح ادھر سے ادھر جھولتی ہیں۔ قدرت کی نعمتوں سے بھرپور انداز میں لطف اندوز ہونا بھی بہت بڑی نعمت ہے۔ جس سے کم ہی لوگ مستفید ہوتے ہیں۔

POLY
COLOR
Cream Hair Color
پولی کلر کریم ہیئر کلر آپ کو بنائے پریٹی وومن
پولی کلر میں شامل ہیں پروٹیکٹنگ MINERALS جو دیں بالوں کو گہری دیرپا قدرتی رنگت
اور یوں نظر آئیں آپ کے بال صحت مند اور زیادہ خوبصورت ...
پولی کلر 4 نیچرل شیڈز کے علاوہ 7 دلکش فیشن ایبل کلرز میں بھی دستیاب ہے
اب آپ بھی بالوں میں اسٹریکنگ کر کے یا بالوں کا رنگ بدل بدل کر
بن سکتی ہیں فیشن ایبل پریٹی وومن
پولی کلر۔ بالوں کی گہری خوبصورت قدرتی رنگت
a product of
Schwarzkopf & Henkel
Germany
POLY COLOR
Cream Hair Color
Flame
POLY COLOR
Cream Hair Color
71 Mahogany



فالج... دماغ اور جسم دونوں متاثر کرسکتا ہے

فالج ایک ایسی بیماری ہے جو دماغ کے کسی حصے میں خون کے رک جانے یا دماغی شریان پھٹ جانے کے باعث واقع ہوتی ہے۔ جس کے نتیجے میں دماغ کے وہ خلیات جو جسم کی حرکات وسکنات کو کنٹرول کرتے ہیں متاثر ہوتے ہیں اور اس کے باعث مریض کا متاثرہ حصہ اپنی طاقت کھو دیتا ہے۔

وجوہات

فالج کی درج ذیل وجوہات ہوسکتی ہیں۔

☆ کسی چوٹ کے سبب دماغ کے کسی حصے میں سوجن کا آجانا۔

☆ دماغ میں رسولی کی پیدائش یا موجودگی۔

☆ دماغی رگ کا پھٹ جانا یعنی برین ہیمرج۔

☆ خون کے بہاؤ کی رفتار کا متاثر ہونا یا خون کا گاڑھا ہوجانا۔

☆ دماغ کے کسی حصے میں خون کا جم جانا۔

☆ سگریٹ نوشی۔

فالج کی علامتیں

فالج کی علامات وقتی یا مستقل ہوسکتی ہیں۔ درج ذیل میں سے کوئی بھی علامت ظاہر ہو تو فوری طور پر ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیے۔

☆ جسم کے کسی حصے کی حرکت کرنے کی قوت ختم ہوجانا۔

☆ جسم کے کسی حصے کی محسوس کرنے کی صلاحیت کم ہوجانا۔

☆ ایک یا دونوں آنکھوں سے دھندلا نظر آنا۔

☆ اچانک لڑکھڑا جانا۔

☆ اچانک چکر آجانا۔

☆ زبان کا لڑکھڑانا۔

☆ شدید سر درد اور چکر۔

☆ ناقابل فہم گفتگو کرنا۔

☆ سوچنے سمجھنے کی صلاحیت کم یا ختم ہوجانا۔

☆ بے ہوش ہوجانا۔

فالج سے بچاؤ:

درج ذیل احتیاطی تدابیر کو اپنا کر فالج سے بچاؤ ممکن ہوسکتا ہے۔

☆ وہ افراد جنہیں بلڈ پریشر کی شکایت ہو انہیں فالج کا خطرہ ہوسکتا ہے۔ ایسے افراد کو چاہیے کہ وہ اپنے بلڈ پریشر کو نارمل رکھنے کے لیے اپنے ڈاکٹر کی ہدایات پر سختی سے عمل کریں اس کے علاوہ اپنا ریگولر چیک اپ ضرور کرواتے رہیں تاکہ خون کی رفتار، خون کا بہاؤ اور خون کے گاڑھا ہونے پر نظر رکھی جاسکے اور آپ کا معالج بدلتی صورتحال کے باعث آپکو دوائیں دے سکے۔

☆ موٹر سائیکل چلانے والے حضرات ہیلمٹ اور ڈرائیونگ کرنے والے افراد سیٹ بیلٹ کے استعمال کو یقینی بنائیں تاکہ کسی حادثے کے نتیجے میں ان کا دماغ چوٹ سے محفوظ رہ سکے۔ کیونکہ کوئی اندرونی یا بیرونی دماغی چوٹ بھی فالج کا سبب بن سکتی ہے۔

☆ قبل از وقت پیدا ہونے والے بچوں میں بڑھتی عمر کے ساتھ فالج کے خطرات بڑھ سکتے ہیں۔ اس لیے حاملہ خواتین اپنے معالج سے ڈسکس کر کے اس بات کو یقینی بنائیں کہ ان کی اور ان کے بچے کی صحت اور زندگی محفوظ رہے گی۔

تشخیص

فالج کے مرض کی تشخیص میں درج ذیل پہلو معالج کے لیے مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

☆ مریض کی فیملی ہسٹری۔

☆ مریض کا ماحول اور خارجی طور پر اثرانداز ہونے والے عوامل۔

☆ مریض کی کوئی پرانی اور نئی چوٹ (کھوپڑی کے حصے میں)

☆ بے وجہ سر درد۔

☆ دماغی کمزوری۔

☆ مریض کی میڈیکل ہسٹری۔

☆ حساسیت۔

☆ مریض کی حرکات وسکنات۔

ٹیسٹ

کیس کی نوعیت جانچنے کے بعد ڈاکٹر مریض کے لیے درج ذیل ٹیسٹ تجویز کرسکتا ہے۔

☆ سی۔ٹی۔اسکین (C.T.Scan)

☆ ایم آر آئی (M.R I)

☆ الیکٹرومایوگرافی (Electromyography)

☆ کیروٹڈ ڈوپلر (Carotid Doppler)

علاج

ڈاکٹر فالج کے مریض کے لیے درج ذیل طریقہ علاج تجویز کرسکتا ہے۔

☆ فزیوتھراپی

☆ اسپیچ تھراپی

اہم نکات

☆ فالج کے مریض کی صحت یابی کی مدت کا انحصار فالج کی نوعیت اور شدت پر ہوتا ہے۔

☆ فالج کے مریض کی صحت یابی میں فالج کے مریض اور اسکے اہل خانہ کی مثبت سوچ اور مثبت رویے بھی اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

☆ فالج کا مریض صحیح علاج، مناسب دیکھ بھال اور بھرپور نگہداشت کے بعد واپس اپنی نارمل روٹین کے معمولات شروع کرسکتا ہے۔

☆ فالج کے ایک حملے کے بعد دوسرا حملہ بھی ہوسکتا ہے اس لیے مکمل اور صحیح علاج کروانا اور احتیاطی تدابیر اختیار کرنا ضروری ہے۔

Stillman's
Beauty
Stillman's
نکھرا نکھرا بے داغ حسین چہرا
hologram
Stillman's

باورچی خانہ کے پکوان

برسات کی بہاروں کی آمد ہو چکی ہے دن کی گرماہٹ اور رات کی خنکی اسی مدھر موسم کی سوغات ہے۔ اس انوکھے موسم میں پیش ہیں منفرد پکوان جنہیں تیار کیا ہے ہماری کوکنگ ایکسپرٹس مس روحی اللہ والا، مسز عذرا شاہد، تحسین عباس عابدی، مسز مونا مقبول اور سمیرا ناز صاحبہ نے۔

جھینگے اور سبزیاں

اجزاء

جھینگے : ½ کلو (صاف کرلیں)
سویا ساس 3 کھانے کے چمچ
سرکہ 2 کھانے کے چمچ
ادرک پیسٹ 1 چائے کا چمچ
پیاز ½-1 کپ (باریک کٹی ہوئی)
بندگوبھی : 1 کپ (چوکور ٹکڑوں میں کٹی ہوئی)
بوائل آلو : ½ کپ (کیوب کاٹ لیں)
یخنی : ½ کپ
مٹر ½ کپ (ابال لیں)
شملہ مرچ 1 عدد (کیوب میں کاٹ لیں)
کارن فلور : حسب ضرورت
تیل : ½ کپ
نمک : حسب ذائقہ

☆ جھینگوں پر سرکہ، سویا ساس اور ادرک ملا کر 15 منٹ کے لیے رکھ دیں۔
☆ ایک کڑاہی میں 2 کھانے کے چمچ تیل گرم کر کے اس میں سبزیاں ڈال کر ہلکی ہلکی فرائی کر کے نکال لیں۔
☆ اسی کڑاہی میں بقیہ تیل ڈال کر گرم کریں اور پھر جھینگے ڈال کر لائٹ براؤن کریں۔ اب اس میں سبزیاں اور حسب ذائقہ نمک شامل کریں۔
☆ پھر کارن فلور کو یخنی میں شامل کر کے سبزیوں اور جھینگے کے ساتھ ملا دیں۔ گاڑھا ہو جائے تو ڈش میں نکال لیں۔ گرما گرم پیش کریں۔

تیار کردہ: مس روحی اللہ والا

Clean & Clear and under control
Johnson & Johnson
Cleaner, Clearer, Smoother Skin!
Everyday care for teenage skin...
Clean & Clear Foaming Facial Wash is oil free and effectively removes traces of dirt, oil, and grime from your skin, much better than soap
It's special blemish prevention formula protects your skin from spots leaving you with Clean & Clear confidence everyday!
Clean & Clear
Foaming Facial WASH
Johnson & Johnson
100ml

مٹر بھرے بینگن

اجزاء

بینگن : 1 کلو
پیاز : 1/2 کلو
لہسن : 1 پوتھی (چوپ)
ٹماٹر : 1/2 کلو
سرخ مرچ : 3 کھانے کے بڑے چمچ
مٹر : 1/2 کلو
ہلدی : 1/2 چائے کا چمچ
خشک دھنیا : 1 چائے کا چمچ (کوٹ لیں)
زیرہ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
کالی مرچ : 2 یا 3 عدد
سبز دھنیا اور پودینہ : چند پتے
تیل/گھی : حسب ضرورت
نمک : حسب ذائقہ

ترکیب

☆ بینگنوں کو سامنے کی طرف سے تھوڑا سا کاٹ کر تیز چاقو سے اندر سے خالی کر لیں۔ پیاز چھیل کر اس کے لچھے کاٹ لیں اور لہسن کو چھیل کر چھل لیں۔ مٹر کے دانے نکال لیں۔ خشک دھنیا کوٹ لیں۔
☆ دیگچی میں ٹماٹر، کٹی ہوئی پیاز، خشک دھنیا، ہلدی، زیرہ، لہسن، حسب ذائقہ نمک، مٹر اور تھوڑا سا پانی ڈال کر چولہے پر چڑھا دیں۔ اتنا گھی ڈال کر بھونیں کہ اچھی طرح بھن جانے کے بعد گھی باقی نہ رہے۔
☆ اب دیگچی کو اتار کر اس میں سبز دھنیا اور پودینے کے پتے ڈال دیں۔ اندر سے خالی [illegible] میں تیار شدہ مسالا [illegible] سامنے کا حصہ دوبارہ کٹے ہوئے ٹکڑے سے بند [illegible] دھاگہ لپیٹ دیں تاکہ مٹر باہر نہ نکل سکیں۔
☆ اب کڑاہی میں گھی ڈال کر ان کو چاروں طرف سے گھما گھما کر تل لیں۔ جب سب بینگن تل چکیں تو انہیں دوبارہ کڑاہی میں رکھ کر دم پر لگا دیں۔ اگر زیادہ نرم پکانا چاہیں تو گرم پانی کا چھینٹا دے لیں اور گل جانے پر اتار کر استعمال میں لائیں۔

تیار کردہ: مس روحی اللہ والا

آپ کے بچوں کی اچھی صحت دن بہ دن بہتر سے بہترین !
وِگورین
چلڈرن سیرپ
120 ملی لیٹر
وِگورین
چلڈرن سیرپ
بچوں کی اچھی صحت اور بہترین نشوونما کے لیے
BMA
آپ کے بچے کی اچھی صحت اور بہتر نشوونما کے لیے
وگورین ہی بہترین
BMA
Since 1952
BMA Pharma
AL HAMRA

SAFE AND HEALTHY chicken

K&N's®

Pakistan's Favourite Chicken

www.KandNs.com

A superb combination of
chicken & cheese

Croquettes!

آلو خشخاش

اجزاء

آلو : 1 کلو (چھیل کر کاٹ لیں)
خشخاش : 3/4 کپ (صاف کر کے دھولیں)
ثابت لال مرچ : 12 عدد
لیموں : 2 عدد
گھی/تیل : 1 کپ
نمک : حسب ذائقہ

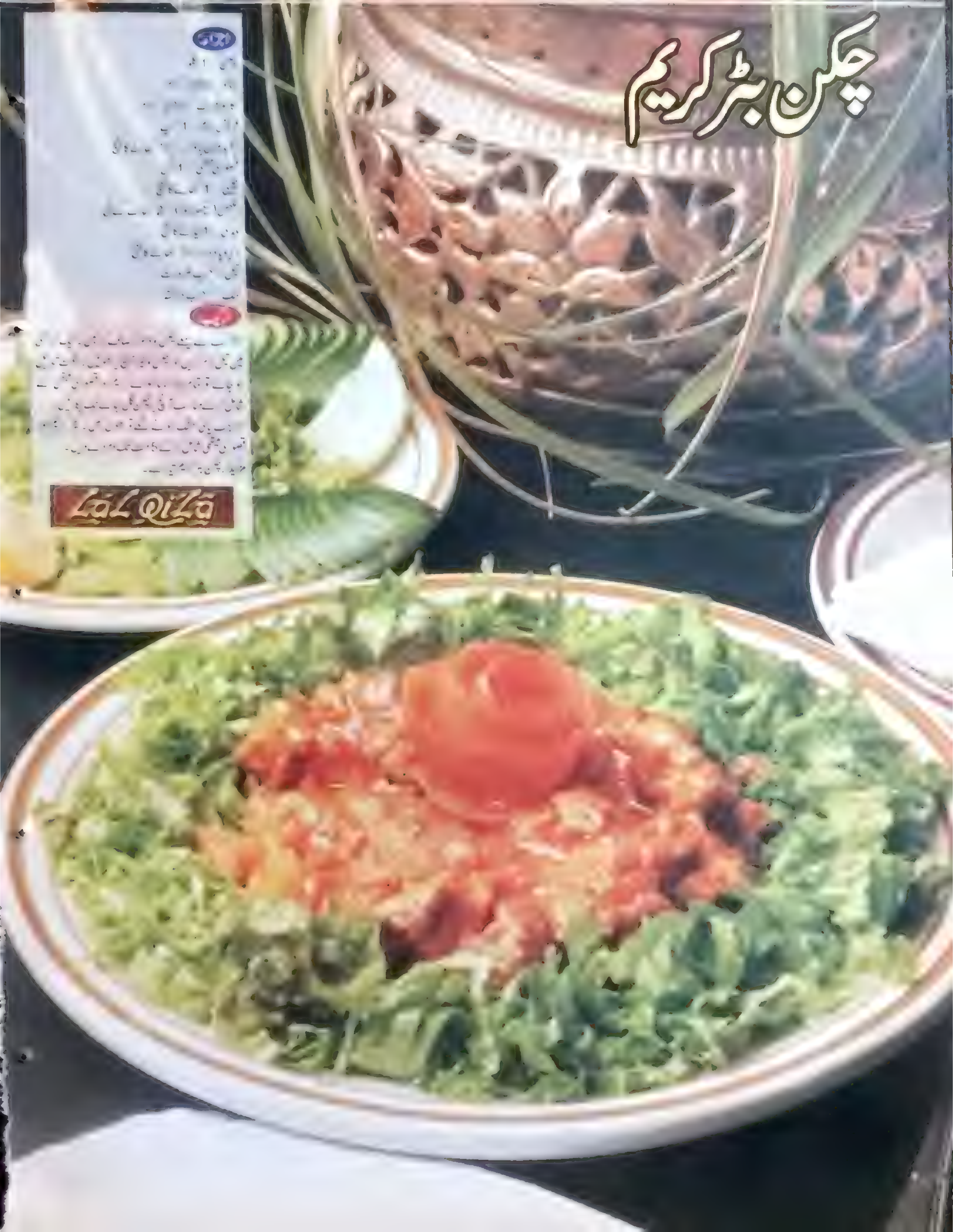
ترکیب

☆ خشخاش اور سرخ مرچ کو تھوڑا سا پانی ملا کر پیس لیں اور پیسٹ بنا لیں۔
☆ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور آلو ڈال کر فرائی کر کے گولڈن براؤن کر لیں۔ پھر انہیں کاغذ پر نکال لیں۔
☆ گھی میں خشخاش اور مرچوں کا پیسٹ ڈال کر سرخ ہونے تک بھونیں۔ تیل علیحدہ ہو جائے تو آلو اور نمک شامل کر کے ½ کپ پانی ملا دیں۔ پانی خشک ہو جائے تو لیموں کا رس ڈال کر 2 منٹ دم دے دیں۔ چپاتی یا نان کے ساتھ پیش کریں۔

تیار کردہ: تحسین عباس عابدی

اشرف®
تحقیق، معیار، کفایت
اشرف® کی روایت
250 سے زائد قدرتی ادویات کے ساتھ
صحت مند پاکستان
اشرف
شربت فولاد
خون کی کمی، عام کمزوری
اور توانائی کی بحالی کا موثر علاج
اشرف لیبارٹریز (پرائیویٹ) لمیٹڈ
Tel: 041-8847601-2 Fax: 041-8847607
URL. www.ashraflabs.com E-mail. ashraflabs@cyber.net.pk

چکن بٹر کریم



LaL QiLa

Gipsy
Whitening Cream
جپسی کی رنگ گورا کرنے والی خاص کریم
خوبصورتی کے لئے
جپسی
امیزنگ کریم
Gipsy
AMAZING CREAM

اچار گوشت

اجزاء

مٹن/بیف 1 کلو
ادرک لہسن پیسٹ 2 کھانے کے چمچ
دہی 1 کپ (پھینٹا ہوا)
ٹماٹر 3 عدد (درمیانے کٹے ہوئے)
لال مرچ پاؤڈر 1 کھانے کا چمچ
ثابت دھنیا 1 کھانے کا چمچ
میتھی دانہ 1/2 چائے کا چمچ
ہلدی 1 چائے کا چمچ
رائی 1 چائے کا چمچ
سونف 1 کھانے کا چمچ
ثابت زیرہ 1 کھانے کا چمچ
پیاز 3 عدد (باریک کٹی ہوئی)
تیل حسب ضرورت
نمک حسب ذائقہ

ترکیب

☆ ایک برتن میں تیل گرم کریں اس میں پیاز ڈال کر سنہری ہونے تک فرائی کریں۔
☆ لہسن ادرک پیسٹ، دہی، لال مرچ پاؤڈر اور گوشت ڈال کر ہلکی آنچ پر اس وقت تک پکائیں جب تک گوشت گل جائے اور تیل علیحدہ ہو جائے۔
☆ ثابت دھنیا، سونف، میتھی دانہ، کلونجی، زیرہ اور رائی ملا کر موٹا موٹا پیس لیں۔
☆ پھر پسا ہوا مصالحہ، نمک اور ٹماٹر گوشت میں شامل کر دیں اور ٹماٹر گل جانے تک پکائیں۔ پھر اچھی طرح مکس کر کے دم پر رکھ دیں۔
تیل علیحدہ ہو جائے تو ڈش میں نکال کر گرما گرم پیش کریں۔

Lal Qila

Reema
Beauty Parlour Clinic & Training Centre
SIGN OF BEAUTY
Special Discount For Brides
Now you can reshape your body.
Gym facility available here. Only for ladies
JASMINA WHITO CREAM MAKES SKIN FAIR WITHIN A FEW DAYS
AVAILABLE AT ONLY REEMA BEAUTY PARLOUR
GOLD MEDALIST
YASMEEN MIRZA
1st chorangi, Nazimabad Top of Agfa Colour Lab
Tel: 021-6684745, 021-8206992, Mob: 0300-2113229

گوشت اور سبزی اسٹر فرائی

اجزاء

تیل : 2 کھانے کے چمچ

پیاز : 2 عدد (½ انچ کے ٹکڑوں میں، لمبائی میں کاٹ لیں)

بند گوبھی : 2 کپ (باریک کٹی ہوئی)

شملہ مرچ : 1 عدد (بیج نکال کر 1 انچ کے ٹکڑوں میں کاٹ لیں)

سیم کے بیج (سرخ اور سبز) : 1 کپ (ہلکا سا ابال لیں)

چکن : 1 پاؤ (½ انچ کے لمبے ٹکڑوں میں کاٹ لیں)

فرنچ بینز : 1 کپ (چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں، ہلکا سا ابال لیں)

نمک : حسب ذائقہ

سرکہ : 1 کھانے کا چمچ

کالی مرچ پاؤڈر : حسب ذائقہ

ترکیب

ایک دیگچی میں تیل گرم کریں پھر اس میں پیاز ڈال کر 5 منٹ فرائی کریں۔ اس کے بعد گوبھی ڈال کر تھوڑا سا پانی شامل کرکے 6 سے 7 منٹ تک پکائیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو شملہ مرچ، فرنچ بینز اور سیم کے بیج شامل کرکے 2 منٹ مزید پکائیں۔ سبزیوں کو علیحدہ برتن میں نکال لیں۔ اب اسی کڑاہی میں چکن، نمک اور کالی مرچ ڈال کر بھونیں۔ پھر ذرا سا پانی شامل کرکے گوشت گل جانے تک پکائیں۔ پانی خشک ہو جائے اور گوشت لائٹ براؤن ہو جائے تو سرکہ ملا کر 5 منٹ تک دم دے دیں۔ فرائیڈ رائس کے ساتھ سرو کریں۔

تیار کردہ: مسز روحی اللہ والا

MG
Mod Girl®
CREME BLEACH
ہر جلد کیلئے موزوں، موڈ گرل کریم بلیچ کا استعمال
صرف 15 منٹ میں آپکو بنائے گوری گوری!
40% EXTRA
Mod Girl
CREME BLEACH
JUNIOR PACK
WITH ALOE VERA
CREME BLEACH
۱۵ منٹ میں گوری گوری
میرا گورا بننے کا سپنا سچ ہوا...
موڈ گرل
ہربل کریم بلیچ
قدرتی حُسن چاہیئے
تو قدرت کے قریب آیئے!
Mod Girl
Herbal Creme Bleach
Mod Girl
Extra Strength Creme Bleach
Mod Girl
Herbal Creme Bleach
CREME
موڈ گرل اپنایئے۔ سب سے دلکش نظر آیئے

KalaKola® HAIR COLOR
اب :
• نئے انٹرنیشنل پیک میں
• 20% زائد کریم مفت
• اور ساتھ ہی منفرد اسٹائل کا برش Applicator یعنی
کلر لگانا آسان اور دے 100 % Coverage
• نئے Stablised Developer کیساتھ
جو رنگ جمادے اور آپ کے بالوں کو دے نیا رنگ نیا نکھار !
20% EXTRA
ADVANCED FORMULA
KalaKola
HAIR COLOR
45 Oriental Black
43 Dark Brown
20% EXTRA
KalaKola
سب کچھ تو ھے اس میں !!!

ثابت مرچوں اور کالی مرچوں کی چکن

تیار کردہ: مسز سمیرا

مٹن کھڑا مصالحہ

اجزاء

- گوشت : ½ کلو (مٹن)
- پیاز درمیانی : 2 عدد
- ادرک لہسن پیسٹ : 3 کھانے کے چمچ
- ٹماٹر : 3 سے 4 عدد (چوکور کاٹ لیں)
- کُٹی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
- کُٹی کالی مرچ : 1 کھانے کا چمچ
- بڑی الائچی : 2 عدد
- چھوٹی الائچی : 3 سے 4 عدد
- دارچینی 2 سے 3
- تیز پات : 2 عدد
- لونگ : 3 سے 4 عدد
- ہری مرچیں : 4 سے 5 عدد
- نمک : حسب ذائقہ
- تیل ½ کپ
- جائفل جاوتری پاؤڈر : 1 چٹکی (خوشبو کے لیے)

تیل میں ایک پیاز گلابی کر کے تیز پات، چھوٹی الائچی، لونگ، دارچینی، بڑی الائچی، ادرک لہسن پیسٹ ڈالیں پھر اس میں گوشت ڈالیں گوشت کا پانی خشک کرنے کے بعد ٹماٹر، کُٹی کالی مرچیں، کُٹی ہوئی لال مرچیں اور ہلدی ڈال کر اچھی طرح مکس کریں پھر گوشت کے گلنے کے لیے ڈیڑھ کپ پانی ڈال کر آنچ درمیانی کر دیں۔ جب گوشت گل جائے تو اس میں ہری مرچیں، ایک پیاز جو باقی رہ گئی تھی، ڈال کر اچھی طرح بھون لیں تیل اوپر آنے پر جائفل جاوتری کا پاؤڈر ڈال کر 1 سے 2 منٹ تک دم دے دیں۔

تیار کردہ: مسز سمیرا

میں ڈاکٹر ہوں ۔ ۔ جانتا ہوں ۔ ۔
آپ ڈاکٹر ٹوتھ پیسٹ سے
دانتوں کی ہر تکلیف سے محفوظ رہیں گے!
Doctor
STOPS GUM-BLEEDING
REDUCES SENSITIVITY
RELIEVES TOOTHACHE
PREVENTS PYORRHOEA
STOPS BAD BREATH
The ULTIMATE Dental Care
Dr. Imran Ishaq - Dental Surgeon
جو ڈاکٹر ٹوتھ پیسٹ روزانہ استعمال کرتے ہیں
انہیں...
دانتوں کے درد،
مسوڑھوں سے خون اور ان کی سوجن،
مُنہ کی بدبو اور ٹھنڈا گرم لگنے کی
... شکایت نہیں ہوتی۔
انٹرنیشنل کوالٹی اور فلورائیڈ کی اضافی خوبیوں کے ساتھ
یقین کیجئے، یہ آپ سب کیلئے ہے

زعفرانی کاجو برفی

برفی کے اجزاء:

کاجو : 500 گرام
چینی : 300 گرام
زعفران : ½ چائے کا چمچ
زردے کا رنگ : ½ چائے کا چمچ
چاندی کے ورق : 2 عدد
گھی : 250 گرام
پستہ اور بادام : حسب ضرورت

ترکیب

- کاجو کو تین گھنٹے کے لیے پانی میں بھگو دیں۔ اس کے بعد پانی نتھار کر کاجو کو اچھی طرح پیس لیں۔
- اس پیسٹ میں چینی شامل کر دیں۔ گھی گرم کر کے اس میں کاجو اور چینی کا پیسٹ ڈال کر بھونیں۔ جب مکسچر میں سے خوشبو آنے لگے اور گھی علیحدہ ہو جائے تو پانی میں گھلا ہوا زردے کا رنگ ملا دیں۔ پانی خشک ہو جائے تو ایک گہری پلیٹ کو ہلکا سا چکنا کر کے اس میں تیار کردہ آمیزہ پھیلا دیں۔
- ☆ چاندی کے ورق اور باریک کٹے ہوئے بادام پستے سے گارنش کریں اور ٹھنڈا کر کے جما لیں۔
- جب جم جائے تو حسب پسند سائز اور شکل کے ٹکڑے کاٹ لیں۔ مزیدار کاجو برفی تیار ہے۔

تیار کردہ: مسز سمیرا

Look when's lunch
It's Dawn Bread's freshly baked and nutritious assortments made of selected ingredients that give your lunchtime both nourishment and scrumptious taste.
DAWN BREAD
SYNERGY

لیمن پڈنگ

اجزاء

مکھن : 100 گرام
کیسٹر شوگر : 175 گرام
انڈے : 4 عدد (سفیدی اور زردی الگ کرلیں)
سادہ آٹا : 50 گرام
دودھ : 100 ملی لیٹر
ناریل (باریک پسا ہوا) : 2 کھانے کے چمچ
لیمن جوس : ½ کپ

ترکیب

☆ ایک سات انچ کی سوفلے ڈش پر مکھن لگائیں اور اوون و 180°C پر گرم کرلیں۔ ایک بیٹر کی مدد سے شکر اور مکھن کو خوب مکس کرکے پھینٹ لیں کہ جھاگ سا بن جائے۔ اس میں لیمن جوس اور ناریل بھی شامل کردیں اور انڈے کی زردیاں بھی ڈال کر خوب اچھی طرح مکس کریں۔ اب اس آمیزے میں آٹا ہلکا گرم کرکے ڈالیں اور ساتھ ہی دودھ بھی شامل کردیں۔

☆ ایک پیالے میں انڈے کی سفیدی کو خوب پھینٹ لیں پھر اوپر والے مکسچر میں مکس کردیں۔ اس تمام آمیزے کو اب مکھن لگی ڈش میں سیٹ کریں پھر اس بڑ ڈش کو ایک ایسے پین میں رکھیں جس میں تھوڑا پانی ہو جو ڈش کے آدھے حصے تک آئے۔ اب اس ڈش کو اوون میں رکھ کر پندرہ منٹ کے لئے بیک کریں یہاں تک کہ اسپنج پھول جائے اور اُس کی نچلی سطح گولڈن براؤن ہوجائے۔ اب اس ڈش کو کریم اور لیمن سلائس سے ڈیکوریٹ کرکے سرو کریں۔

تیار کردہ: مسز مونا مقبول

مرحبا
SINCE 1975
خالص عرقیات سے تیار شدہ
شربت
گُل بہار
جان میں جان لائے، گرمی دور بھگائے
تازہ پھلوں، پھولوں اور دیگر خالص عرقیات سے تیار
کردہ خوش ذائقہ شربتِ گل بہار جسم و جاں کیلئے فرحت بخش ہے،
پیاس کی شدت مٹائے اور بے چینی دور کر کے تسکین پہنچائے۔
پانی، دودھ، لسی یا جوس میں ملا کر پیجئے اور مہمانوں کو بھی پیش کیجئے۔
ISO 9001 CERTIFIED

برسات کے پکوان

جاوداں منہاس

برسات کا موسم جہاں بہت احتیاط کا متقاضی ہے وہاں مزے مزے کے کھانے کی خواہش کو بھی ساتھ لے کر آتا ہے۔ ہلکی پھوار ہو یا دھواں دھار بارش۔ کچن سے پکوڑوں کی خوشبو ضرور آتی ہے۔ آپ بھی برسات کے مزیدار پکوان بنائیں اور کھلائیں اور برسات کا مزہ لیں۔

سبزیوں کے پکوڑے

اجزاء:

گوبھی 1 کپ (کٹی ہوئی)
بند گوبھی 1 کپ (کٹی ہوئی)
پالک 1 کپ (کٹی ہوئی)
آلو 1 کپ (کٹے ہوئے)
ہری پیاز 1 کپ (کٹی ہوئی)
ہرا دھنیا ½ کپ (کٹا ہوا)
سفید زیرہ پاؤڈر 1 چائے کا چمچ
کٹی لال مرچ : 1 کھانے کا چمچ
ہری مرچ 2 عدد (کٹی ہوئی)
اجوائن : 1 چائے کا چمچ
لیموں کا رس : 2 کھانے کے چمچ
نمک : حسب ضرورت
بیسن : 2 سے ½-2 پیالی
تلنے کے لیے تیل : حسب ضرورت
پیاز کا پیسٹ : ½ پیالی

بگھار کے لیے:

ثابت زیرہ 1 چائے کا چمچ
کڑی پتہ حسب ذائقہ
ثابت لال مرچ 3 عدد

ترکیب:

ساری سبزیاں اور مصالحے بیسن میں ڈال کر حسب ضرورت پانی ملا کر مکس کر لیں۔ ان پکوڑوں میں بیسن کم استعمال ہوتا ہے۔ سبزیاں زیادہ ہوتی ہیں۔ ان پکوڑوں میں سوڈا استعمال نہیں ہوتا، ہاں پیاز کا پیسٹ استعمال ضرور ہوتا ہے تاکہ پکوڑے خستہ اور نرم رہیں۔ آمیزے کو ہاتھ سے اچھی طرح ملا لیں اور کوشش کریں کہ بیسن اور سبزیاں یکجان ہو جائیں۔ اب کڑھائی میں تیل گرم کریں اور درمیانی آنچ پر پکوڑے تل لیں تیز براؤن نہ کریں ورنہ کڑواہٹ آجائے گی۔

☆☆☆

بیسن کی روٹی پیاز کی چٹنی کے ساتھ

برسات میں جی چاہتا ہے دوپہر کے کھانے میں روزمرہ سے کچھ ہٹ کر ہوں، جیسے دال کے پراٹھے، آلو کے پراٹھے، کچے قیمے کے پراٹھے، پالک کے پراٹھے۔ ایسی ہی مزیدار روٹی اور چٹنی کی ترکیب پیش خدمت ہے۔

بیسن کی روٹی

اجزاء:

بیسن : 2 کپ
سفید زیرہ : 1 چائے کا چمچ
لال مرچ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ (پسی ہوئی)
ہرا دھنیا حسب ضرورت (باریک کٹا ہوا)
آٹا : 1 کپ
مکھن : 1 کپ (پگھلا ہوا)
تیل یا گھی : 1 کپ
نمک حسب ضرورت

ترکیب:

بیسن میں آٹا، زیرہ، دھنیا، مرچ، نمک اور مکھن ڈال کر گوندھ لیں۔ ذرا سخت آٹا گوندھ کر چھوٹے چھوٹے پیڑے بنا لیں اب توے پر مدھم آنچ پر چھوٹی چھوٹی روٹیاں پکا لیں اور گھی لگاتی جائیں تاکہ سوندھی سوندھی خوشبو آجائے۔

پیاز کی چٹنی

اجزاء:

پیاز : 4 عدد بڑی (باریک کاٹ لیں)
املی کا گودا ½ کپ
لال مرچ 1 چائے کا چمچ (کٹی ہوئی)
ہری مرچیں : 1 کپ (موٹی کٹی ہوئی)
سفید زیرہ : 1 چائے کا چمچ
نمک حسب ضرورت

ترکیب:

تیل میں پیاز ہلکی فرائی کر لیں براؤن نہیں کرنا ہے اب اس میں ہری مرچ ڈال دیں ساتھ ہی لال مرچ، نمک اور زیرہ ڈال کر بھون لیں۔ آخر میں املی ڈال دیں اور تیز آنچ پر پانی خشک کر لیں۔

☆☆☆

سوجی کی میٹھی ٹکیاں

اجزاء:

سوجی : 1 کپ
میدہ : 1 کپ
چینی : 1 کپ (پسی ہوئی)
کھویا : 1 کپ (چورا کر لیں)
چھوٹی الائچی کے دانے : 1 کھانے کا چمچ (پیس لیں)
سونف : 1 چائے کا چمچ
کھوپرا : ½ کپ (پسا ہوا)
میٹھا سوڈا : 1 چائے کا چمچ
انڈا : 1 عدد
دودھ : حسب ضرورت
مکھن : 1 کپ (پگھلا ہوا)
تیل حسب ضرورت

ترکیب:

سوجی، میدہ، کھویا، کھوپرا، سوڈا، سونف، الائچی، انڈا، مکھن اور چینی سب ملا کر دودھ سے گوندھ لیں، اب ان کی چھوٹی چھوٹی ٹکیاں بیل کر بنا لیں اور فرائی کر لیں۔ گرم گرم تیل میں ڈال کر نکالتی جائیں اور پنکھے کی ہوا میں سکھا لیں فرج میں نہیں رکھنا ورنہ سخت ہو جائیں گی۔ یہ ٹکیاں بنا کر شیشے کے جار میں رکھ دیں پندرہ بیس دن تک خراب نہیں ہونگی۔

میٹھے پکوڑے

اجزاء:

آٹا : 1 کپ
دلیہ یا کارن فلیکس : 1 کپ (چورا کر لیں)
میٹھا سوڈا : 1 چائے کا چمچ
چینی 1 کپ
تیل : حسب ضرورت
چھوٹی الائچی کے دانے : 1 چائے کا چمچ

ترکیب:

آٹے میں دلیہ یا کارن فلیکس، چینی، چھوٹی الائچی اور میٹھا سوڈا ملا کر پیسٹ بنا لیں اور تل لیں۔ برسات میں بہت مزا دیتے ہیں۔

☆☆☆

[illegible]

اجزاء:

چکن ساسجز : 2 عدد

ناشپاتی Avacado (لمبائی میں کاٹ لیں) : 1 عدد

بند گوبھی (باریک کاٹ لیں) : 1 کپ

شملہ مرچ (باریک لمبائی میں کاٹ لیں) : ½ کپ

گاجر (باریک لمبائی میں کاٹ لیں) : ½ کپ

ٹماٹر (بیج نکال کر لمبائی میں کاٹ لیں) : ½ کپ

سفید مرچ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ

کالی مرچ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ

سویا ساس : 2 کھانے کے چمچ

چلی ساس : 2 کھانے کے چمچ

زیتون کا تیل : 2 کھانے کے چمچ

کیچپ : 2 کھانے کے چمچ

لیمن جوس : 1 کھانے کا چمچ

ترکیب:

تمام اشیاء کو مکس کریں۔ ٹھنڈا کر کے سرو کریں۔

دہی : 1 کلو

نمک : حسب پسند

مرچ : حسب پسند

گرم مصالحہ : 1 چائے کا چمچ (پسا ہوا)

پودینہ : حسب پسند

سبز دھنیا : حسب پسند

سبز مرچ : حسب ضرورت

ترکیب:

آلوؤں کو اچھی طرح چھیل لیں اور [illegible]

مایونیز : 1 کپ

کریم : ½ کپ

لہسن : ½ چائے کا چمچ

نمک : ½ چائے کا چمچ

مسٹرڈ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ

لیمن جوس : 1 چائے کا چمچ

کالی مرچ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ

ترکیب:

تمام اشیاء کو مکس کریں۔ فریج میں ٹھنڈا کر کے سرو کریں۔

☆☆☆

مکسڈ بینز سلاد

اجزاء:

چکن (بوائل کیوبز) : 1 کپ

لال لوبیا (ابلا ہوا) : 1 کپ

سفید لوبیا (ابلا ہوا) : 1 کپ

ناشپاتی (کیوبز میں کٹی ہوئی) : ½ عدد

سویٹ کارن : ½ کپ

آلو (ابال کر کیوبز کر لیں) : ½ کپ

ٹماٹر : ½ کپ

شملہ مرچ : ½ کپ

نمک : ½ چائے کا چمچ

☆☆☆

[illegible] کریم پوٹیٹو

اجزاء:

آلو (ابال کر کیوبز کاٹ لیں) : 3 کپ

ہری پیاز (چوپڈ کی ہوئی) : ½ کپ

انڈے (ابال کر چوپڈ کر لیں) : 2 سے 3 عدد

کھیرا (کیوبز میں کاٹ لیں) : ½ کپ

کریم : 1 کپ

لیمن جوس : 2 کھانے کے چمچ

سفید سرکہ : 2 کھانے کے چمچ

مایونیز : ½ کپ

نمک : ½ چائے کا چمچ

کالی مرچ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ

مسٹرڈ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ

ترکیب:

تمام اشیاء کو مکس کریں۔ ٹھنڈا کر کے سرو کریں۔

☆☆☆

آلو کا رائتہ

اجزاء:

آلو : ½ کلو (ابلے ہوئے)

پیس لیں اس کے بعد دہی کو خوب اچھی طرح سے پھینٹ لیں اور پھر اس میں تمام مصالحہ جات پیس کر اچھی طرح سے ملا لیں۔ اس کے بعد آلو بھی شامل کر لیں اور پھر خوب اچھی طرح سے مکس کر لیں۔ نہایت ہی عمدہ اور لذیذ ترین آلوؤں کا رائتہ تیار ہو چکا ہے۔

☆☆☆

پنیر اور پالک کا رائتہ

اجزاء:

دہی : 1 پاؤ

پالک : 1 چھٹانک

سبز مرچ : 1 عدد

نمک : حسب ذائقہ

زیرہ بھنا ہوا : 1 چائے کا چمچ (پسا ہوا)

تازہ پنیر کے کیوب : 10 سے 20 عدد

میتھی : ½ چائے کا چمچ (پسی ہوئی)

ترکیب:

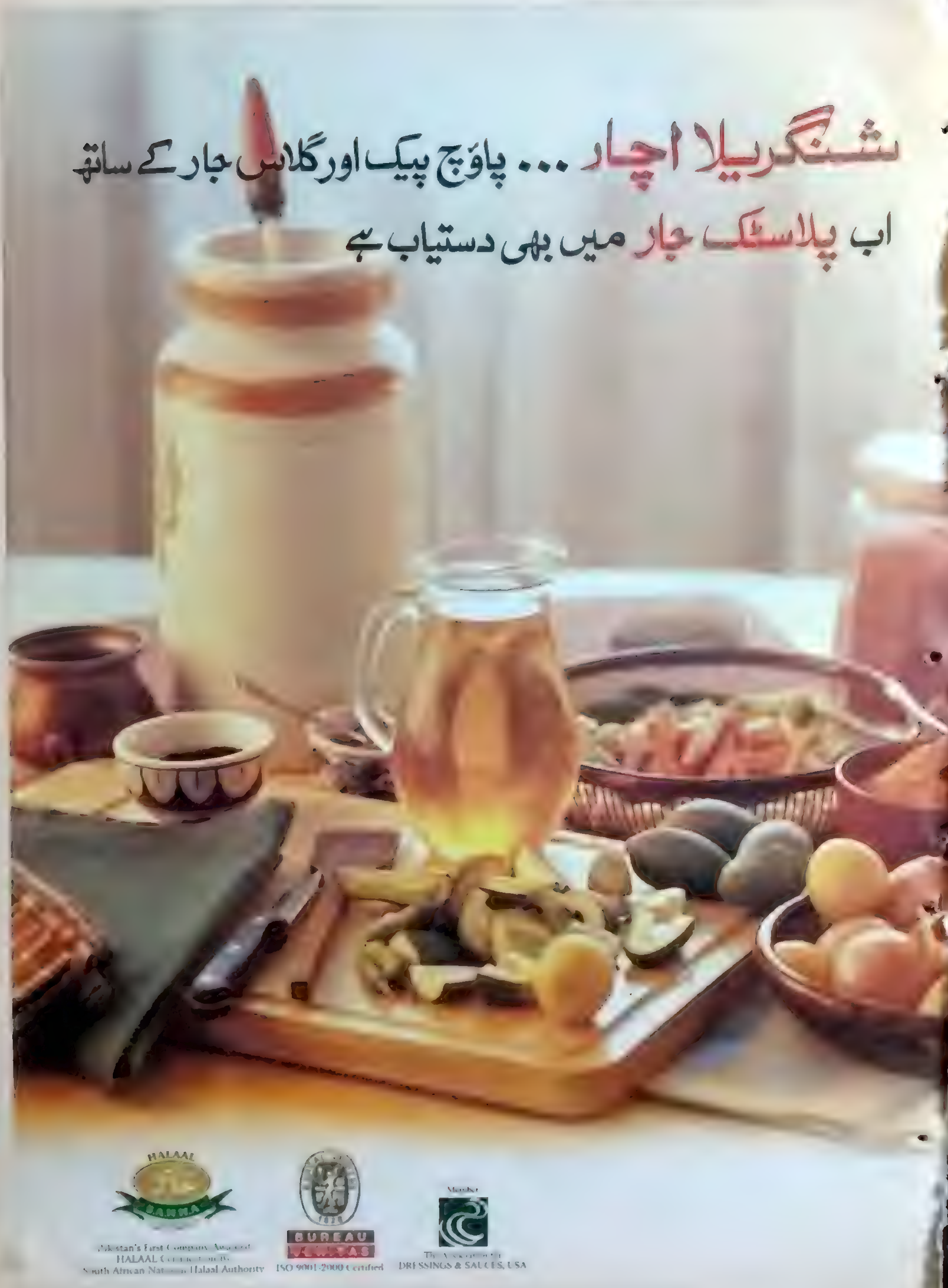
سب سے پہلے پالک کو دھو کر صاف کر لیں اور اسے ابال کر سبز مرچ کے ساتھ پیس لیں اور دہی کو اچھی طرح پھینٹ کر اس میں پالک، نمک اور پنیر کے ٹکڑے ملا دیے جائیں۔ رائتہ پر سجانے کے لیے سرسوں، میتھی اور سرخ مرچ کو تیل یا گھی میں سرخ کریں اور تیار شدہ رائتے پر بھنا اور پسا ہوا زیرہ بھی چھڑک دیا جائے۔ بہت ہی عمدہ اور لذیذ ترین رائتہ ہر قسم کے کھانوں کے ساتھ تناول فرمائیں۔

نرم و لطیف موائسچرائزنگ کیلئے
HOOR
Beauty Soap
NEW
HOOR
With Real
Almond Extract
"HOOR ہی مجھے حور بنائے!"
ریشم

گھر جیسا اچار بہت مزیدار...

شنگریلا اچار... بہترین منتخب مصالحہ جات اور خالص اجزاء کی بدولت آپ کے دسترخوان پر دے روائتی کھانوں کو ایک انوکھی لذت ... وہ انوکھی لذت جو آپ کو صرف گھر کے اچار سے مل سکتی ہے۔

www.shangrila.com.pk



شنگریلا اچار ... پاؤچ پیک اور گلاس جار کے ساتھ
اب پلاسٹک جار میں بھی دستیاب ہے
HALAAL
BUREAU
ISO 9001-2000 Certified
DRESSINGS & SAUCES, USA

Young's®

Add Taste to life!

مایو چکن چاؤمن

اجزاء

بون لیس چکن	آدھا کلو
اسپیگیٹی	آدھا پیکٹ
گاجر	ایک کپ (کیوبز)
شملہ مرچ	ایک کپ (کٹی ہوئی)
آلو	ایک کپ (کیوبز)
ہری پیاز	آدھا کپ
کوکنگ آئل	4 کھانے کے چمچ
ینگز مایونیز	آدھا کپ
ٹماٹو کیچپ	4 کھانے کے چمچ
کالی مرچ پاؤڈر	حسب ذائقہ
نمک	حسب ذائقہ

ترکیب

چکن کو ابال کر چھوٹے چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔ آلو اور گاجر کو چوکور (کیوبز) کی شکل میں کاٹ کر ابال لیں۔ تیل گرم کر کے اس میں ہری پیاز ڈالیں اور کچھ دیر پکانے کے بعد اس میں چکن، گاجر، شملہ مرچ، آلو، کالی مرچ اور نمک ڈال کر دو سے تین منٹ تک پکائیں اور آنچ بند کر دیں۔ پھر اس میں ینگز مایونیز اور ٹماٹو کیچپ ڈال کر اچھی طرح مکس کر لیں اور اسپیگیٹی ملا کر نوش فرمائیں۔

تیار کردہ فراز احمد

مزہ ایسا
...کہ رہا نہ جائے!

Young's®
Add Taste to life!

مایو چکن کٹلٹس

اجزاء

بون لیس چکن	آدھا کلو
آلو	آدھا کلو
ہری مرچ	1 عدد (باریک کٹی ہوئی)
شملہ مرچ	2 عدد (باریک کٹی ہوئی)
ینگز مایونیز	ایک کپ
انڈا	1 عدد
بریڈ کرمز	آدھا کپ
کارن فلور	2 چمچ
کالی مرچ پاؤڈر	حسب ذائقہ

ترکیب

چکن اور آلو کو علیحدہ علیحدہ ابال لیں۔ ابلی ہوئی چکن کو ریشہ کرلیں اور آلوؤں کو میش کرلیں۔ آلو میں چکن، ہری مرچ، کالی مرچ پاؤڈر، شملہ مرچ، نمک اور کارن فلور ڈال کر اچھی طرح مکس کرلیں۔

اب تیار شدہ مکسچر سے ٹکیاں بنالیں۔ پھر ایک ٹکیہ پر ینگز مایونیز کی تہہ لگادیں اور اوپر سے دوسری ٹکیہ رکھ کر سینڈوچ کی شکل دے دیں۔ اب اس کو انڈے اور بریڈ کرمز میں ڈپ کر کے درمیانی آنچ پر فرائی کرلیں۔ لیجیے خوش ذائقہ مایو چکن کٹلٹس تیار ہیں۔

تیار کردہ: فرح احمد

مزہ ایسا
...کہ رہا نہ جائے!

موسم برسات کے حسن میں اپنا حسن بھی نکھاریں

قدرت کا عطا کردہ موسم اپنے اندر کوئی نہ کوئی خصوصیت رکھتا ہے۔ موسم بدلتے رہتے ہیں بدلتے موسم سے لطف اندوز ہونے کے لیے خود کو اس کے لیے تیار کرنا چاہیے۔ آج کل موسم برسات اپنے پورے جوبن پر ہے، اس بدلتے موسم سے گھبرائیے نہیں بلکہ یہ سوچیے کہ اس موسم میں خود کو کس طرح سے پیش کرنا ہے کہ موسم سے لطف اندوز ہوا جا سکے۔

دراصل موسم برسات دل میں امنگیں جگا دیتا ہے۔ ہر طرف جل تھل ہوتی ہے، خوبصورت نظارے دیکھنے کو ملتے ہیں، دھواں دار بارش اور ایسے میں اگر حسن کو بھی دو آتشہ کر دیا جائے تو سونے پہ سہاگہ ٹھہرے گا۔ اکثر لڑکیاں برسات کے موسم میں میک اپ سے گھبراتی ہیں کہ برسات کے پانی سے پھول، پودے اور پتے دھل جاتے ہیں، اسی طرح ان کا میک اپ بھی دھل نہ جائے، لیکن لڑکیوں اور خواتین کو فکر کرنے کی ضرورت نہیں، یہاں ہم آپ کو بتاتے ہیں کہ ساون میں حسن کی دیکھ بھال اور میک اپ سے خود کو کیسے دلکش اور حسین بنایا جا سکتا ہے۔

[illegible]

ہمارا چہرہ ہماری صحت کا آئینہ ہوتا ہے۔ اکثر لڑکیاں چہرے کی جلد پر دھیان نہیں دیتیں جس کی وجہ سے چہرہ سوکھا اور مرجھایا ہوا نظر آتا ہے۔ یہ لاپرواہی درست نہیں، سب سے پہلے چہرے کی طرف دھیان دیں۔

اکثر چہرے کی شادابی اور رنگت خون کی کمی سے بھی بدل جاتی ہے ایسے میں آپ عمدہ سے عمدہ کوالٹی کا میک اپ کریں چہرے پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ سب سے پہلے خون کی کمی کو دور کریں، پھلوں اور سبزیوں کا زیادہ سے زیادہ استعمال کریں۔ متوازن غذا استعمال کریں اس سے بھی چہرہ نکھرتا ہے۔ برسات کے موسم میں ڈرائی فروٹ کا استعمال بہت مفید ہے نوجوان لڑکیوں کو چاہیے کہ ہفتے میں دو تین بار دودھ کی بنی ہوئی اشیاء ضرور استعمال کریں۔

[illegible]

چونکہ بارش کے موسم میں ہماری جلد، ہاتھ، پاؤں اور بال زیادہ توجہ مانگتے ہیں ایسے میں بیوٹی پارلر جانا بھی ایک مسئلہ ہوتا ہے لیکن یہ ضروری نہیں کہ اگر آپ گھر سے باہر نہ جائیں تو اپنا خیال خود نہیں رکھ سکتیں۔

☆ مون سون کے بھیگے موسم میں جلد کو موئسچرائز کرنے کی ضرورت زیادہ ہوتی ہے، خاص طور پر ہاتھ اور پاؤں کو کیونکہ یہ موسم جسم کی رطوبت کو کم کرتا ہے اور ہاتھ اور پاؤں کی جلد کھردری ہو جاتی ہے۔ اس لیے ہاتھ پاؤں کو کوئی بھی اچھی سی Oil free موئسچرائزر کریم لگائیں۔ اور اسے دن میں چار پانچ مرتبہ لگائیں اگر آپ کو گھر سے باہر جانا ہے اور آپ چاہتی ہیں کہ کریم نہ استعمال کریں تو Foot-Powder استعمال کریں جو پاؤں کو جراثیم سے بھی بچاتے ہیں اور پاؤں سے بدبو بھی نہیں آتی۔

☆ موسم برسات ٹھنڈا موسم ہوتا ہے، اس میں ہلکے رنگ آنکھوں کو Attract کرتے ہیں، اس لیے میک اپ بھی ہلکا پھلکا کرنا چاہیے تاکہ آنکھوں کو بھلا لگے۔ برسات کا میک اپ پوری طرح Water-Proof کرنا چاہیے۔ Eye-Liner مسکارا اور آئی پنسل عمدہ کوالٹی کے اور پوری طرح واٹر پروف استعمال کریں۔ اگر آپ گوری یا صاف رنگت والی ہیں تو فاؤنڈیشن بنا پاؤڈر کے لگائیں، صرف آنکھوں کا میک اپ اور اچھی رنگت والی لپ اسٹک لگائیں۔ اگر آپ سانولی رنگت والی ہیں تو پھر بہترین واٹر پروف فاؤنڈیشن استعمال کریں تاکہ بارش میں بھیگ بھی جائیں تو آپ کے چہرے پر فرق نہ پڑے اور آپ برسات میں بھیگنے کا بھی مزہ لے سکیں۔

رنگ چرا لیں گے۔

☆ برسات کے موسم میں کوشش کریں کہ نیل پالش کے شیڈز ڈارک کلرز میں استعمال کریں، پرپل، گرین، Aqua، Mink یا ایسے شیڈز ہیں جو موسم برسات میں ہاتھ پاؤں کو ڈل نہیں لگنے دیتے۔

☆ بارش کے موسم میں اگر آپ بال باندھ کر رکھیں تو آپ زیادہ مطمئن رہیں گی اور کوشش کریں کہ اگر آپ کے بال گیلے ہیں تو بھیگے بالوں کو کبھی بھی Hair-Dryer سے نہ سکھائیں اس سے بال ٹوٹنا اور جھڑنا شروع ہو جاتے ہیں اور بالوں کے کنارے پھٹ جاتے ہیں۔

☆ برسات کا موسم سب سے زیادہ ہمارے ہاتھ پاؤں پر اثر انداز ہوتا ہے۔ ہم جوتے پہنتے ہیں تو بھی پاؤں پانی میں رہتے ہیں ان پر اکثر کیچڑ اور گند بھی لگ جاتی ہے اور پھر مسلسل اسی عمل سے یا اسی حالت میں دیر تک رہنے سے پاؤں میں فنگس لگ سکتا ہے جو پیروں کے لیے شدید نقصان دہ ہوتا ہے۔ اس لیے جب بھی برسات کے موسم میں گھر سے نکلیں تو سینڈل کے بجائے رین شوز استعمال کریں تاکہ اگر اس میں پانی جائے تو پھر نکل بھی سکے۔

دراصل بارش کے جوتوں میں پانی کے لیے سوراخ ہوتے ہیں، جن سے پانی آسانی سے نکل جاتا ہے اور اب تو مارکیٹ میں ہر قسم کے اور ہر ڈیزائن اور کلرز میں رین شوز دستیاب ہیں۔ جو دیکھنے میں بالکل عام شوز کی طرح ہوتے ہیں مگر ہوتے Rain-shoes ہیں۔ ☆ برسات کے موسم میں بادلوں میں سے ایسی شعاعیں نکلتی ہیں جو ہماری جلد کو جھلسا دیتی ہیں اس لیے Sun-Block یا Sun-Saver کا استعمال معمول بنا لیں، ان شعاعوں کو معمولی نہ سمجھیں یعنی یہ نہ سمجھیں کہ یہ شعاعیں اگر نظر نہیں آتیں تو نقصان نہیں پہنچائیں گی اس سے رنگ کالا پڑ سکتا ہے لہٰذا احتیاط ضروری ہے۔

☆ اچھا نظر آنے کے لیے ضروری ہے کہ آپ اندر سے اچھا محسوس بھی کریں۔ اپنے آپ کو باقاعدگی سے خوش رکھنے کی کوشش کریں۔ صرف اس لیے جمخانہ جانا مت چھوڑیں کہ بارش ہو رہی ہے، آپ کا موڈ بہت خراب اور آپ مغموم ہیں۔ اس کے برعکس برسات میں اپنے آپ کو مصروف اور پر جوش رکھنے کے نت نئے طریقے دریافت کریں۔ مثلاً سوئمنگ یا پھوار پڑنے کے دوران ساحل پر دوڑ لگانا۔ پارک میں بنے ہوئے سڑک پر سرعت قدمی کرنا وغیرہ۔

☆ جسم میں فوری تازگی اور توانائی کے اضافہ کے لیے "ہاٹ آئل اروما تھراپی مساج" بہترین طریقہ ہے۔ لیکن اس کے بعد نیم گرم باتھ ٹب میں بیٹھ کر جسم کے تمام مسامات کو کھول دیں۔

☆ سون سون میں اچھا فیشل بہت ضروری ہے۔ مرطوب اور گیلی ہوا آپ کی جلد کو نقصان پہنچا سکتی ہے لہٰذا موئسچرائزنگ ٹریٹمنٹ جلد اور بالوں پر حیرت انگیز مثبت اثر ظاہر کرتا ہے۔

موسم برسات اللہ کی رحمت کے برسنے کا موسم ہے اس سے بھرپور طریقے سے لطف اندوز ہونے کی کوشش کریں۔ یوں بھی ہمارے یہاں بارشیں کم کم ہی ہوتی ہیں لیکن جتنی بھی ہوتی ہیں انہیں اللہ کی رحمت سمجھتے ہوئے اس کا استقبال خوش دلی سے کریں۔ اپنے حسن کی حفاظت کریں، پکوان بھی پکائیں اور جھولے بھی ڈالیں یعنی خود کو اس طرح سے پیش کریں کہ ہر موسم آپ کا موسم لگے۔ بھیگنے کا مزہ بھی لیں لیکن یہ بھی یاد رکھیں کہ گھر سے باہر جانا ہو تو میک اپ کرنے کے بعد اپنے ساتھ بارش سے بچاؤ کے لیے چھتری رکھنا نہ بھولیں۔ پارٹیز اور فنکشن میں جانا ہو تو قیمتی کپڑوں کے استعمال سے گریز کریں۔

میں بھیگنے کا بھی مزہ لے سکیں۔ برسات میں میک اپ کرنے کے لیے سب سے پہلے تو چہرے کی مناسب Liquid-Foundation لگائیں اور پھر اس کو Blender سے اس طرح اسموتھ کر لیں کہ یہ آپ کی جلد میں جذب ہو جائے، اب اس کو چند منٹ کے لیے چھوڑ دیں اور پھر ایک بار بلینڈر سے بیلنس کر لیں۔ پھر اس کے بعد Cream-Blusher کا ٹچ دیں، اس کو اچھی طرح سے پھیلا لیں آپ محسوس کریں گی کہ اس سے ہی آپ کا چہرہ ترو تازہ لگنے لگا ہے۔

☆ آئی لائنر کی جگہ پر نیوٹرل کلرز کی Brown یا Black پنسل استعمال کریں اور پھر واٹر پروف مسکارا کا ٹچ دیں تاکہ آنکھیں کھلی کھلی سی لگیں۔ لپ اسٹک ایسی استعمال کریں جو شوخ رنگ میں ہو، ڈارک میٹ لپ اسٹک لگا کر اس پر اگر آپ ہلکا سا لپ گلوز لگا لیں تو آپ کے ہونٹوں میں جان سی پڑ جائے گی اور ساون کے موسم میں آپ کے ہونٹ دھنک کے سارے

جب بھوک ہو تھوڑی تو اسنیکس کریں انجوائے

فرزانہ نثار

منٹ ایگ رول

اجزاء:

قیمہ ½ کلو

پیاز : 2عدد(درمیانی)

لہسن پیسٹ : 1چائے کا چمچ

ادرک پیسٹ : 1چائے کا چمچ

دارچینی : 1بڑا ٹکڑا

الائچی 4عدد

لونگ 6عدد

پودینہ 1 گڈی

ہرادھنیہ 1 گڈی

ہری مرچیں 6عدد

ہلدی ½ چائے کا چمچ

انڈے : 6عدد

دودھ : 2 کھانے کے چمچ

گھی/تیل : حسب ضرورت

نمک حسب ذائقہ

چینی 1چٹکی

ترکیب:

قیمہ میں پسا ہوا ادرک لہسن، ہری مرچیں، ہلدی اور نمک ڈالکر پکائیں۔ پکنے پر اسے بھون کر خشک کرلیں اور ٹھنڈا ہونے کے لیے رکھ دیں۔ اب سل پر قیمے کو دارچینی اور الائچی کے ساتھ پیس لیں۔ کڑاہی میں تھوڑا سا گھی گرم کریں اور پیاز باریک کتر کر تل لیں۔ جب بادامی ہوجائے تو اس میں کٹا ہوا دھنیا، پودینہ اور پسا ہوا قیمہ اچھی طرح ملا کر چولہے سے اتار لیں۔ اب انڈوں کو پھینٹ لیں اور اس میں تھوڑا سا نمک ایک چٹکی چینی اور دودھ ڈال کر اچھی طرح حل کرلیں۔ تھوڑا سا گھی فرائنگ پین میں پھیلادیں۔ ایک ہی طرف سرخ کرکے اتار لیں۔ اس طرح پانچ پین کیک بن جائیں گے۔ ان میں قیمہ بھر کر رول کی شکل بنالیں۔ دوبارہ ان رول کو بھی گھی میں تل لیں۔

☆☆☆

تاس کباب

اجزاء:

مرغی : ½-1 کلو(بون لیس، ابال کر ریشے بنالیں)

آلو : 1پاؤ

دہی : ½پاؤ

ادرک پیسٹ : 1چائے کا چمچ

لہسن پیسٹ : 1چائے کا چمچ

کالی مرچ پاؤڈر : 1چائے کا چمچ

لیموں : 1کھانے کا چمچ

زعفران : چٹکی بھر

لال مرچ پاؤڈر : 1چائے کا چمچ

بڑی پیاز : 3عدد

تیل . 1 کپ

ترکیب:

دہی میں تمام مصالے ڈال کر اچھی طرح ملائیں اس میں مرغی بھی ڈال دیں اور 20یا30 منٹ تک میرنیٹ کرنے کے لیے فریج میں رکھیں۔

ایک کپ آئل دیگچی میں ڈال کر باریک کٹی ہوئی پیاز ڈالیں براؤن ہوجائے تو پیاز نکالیں۔ مصالے مکس مرغی اس آئل میں تہہ بہ تہہ بچھائیں اور سرخ ہونے دیں دو بڑے آلو گول کاٹیں دو بڑی پیاز کو بھی گول گول کاٹ کر چکن میں ڈالیں تھوڑی دیر تک دم دیں کم از کم 30 منٹ تک رہنے دیں آخر میں ڈش میں نکال کر اوپر تلی ہوئی پیاز ڈالیں۔

☆☆☆

رول کباب

اجزاء:

فریش ڈبل روٹی : 2عدد پیس

چکن : ½ کپ(بون لیس، ابال کر ریشے بنالیں)

بیف قیمہ : ½ کپ

کالی مرچ پاؤڈر : 1چائے کا چمچ

ہری مرچیں : 2عدد

نمک : حسب ذائقہ

پنیر کے باریک ٹکڑے : ½ کپ(کدوکش کرلیں)

پیاز : 2عدد

دھنیا : ½ گڈی

اجینوموتو : ½چائے کا چمچ

میدہ : 1 کپ

انڈا : 1عدد

ڈبل روٹی کا چورا حسب ضرورت

مسٹرڈ پاؤڈر : ½چائے کا چمچ

ترکیب:

ایک برتن میں قیمہ، مرغی، کالی مرچ، نمک مسٹرڈ پاؤڈر، اجینوموتو، پنیر، پیاز باریک کٹی ہوئی، ہری مرچ باریک کٹی ہوئی، دھنیا باریک کٹا ہوا اور ڈبل روٹی کے پیس ڈالیں سب کو خوب مکس کرلیں کچھ دیر پڑا رہنے دیں۔ اسکے بعد گول گول کباب بنائیں۔ ان کبابوں کو پہلے میدہ میں لگائیں پھر انڈے میں ڈپ کریں۔ اسکے بعد ڈبل روٹی کا چورا لگائیں اور تیل میں تل لیں سلاد کے ساتھ نوش فرمائیں۔

☆☆☆

اسٹفڈ فش کباب

اجزاء:

مچھلی : ½ کلو

آلو : ½ کلو(ابال کر چھیل لیں اور میش کرلیں)

ڈبل روٹی : 2 سلائس

کارن فلور : 1 کھانے کا چمچ

سفید مرچ پاؤڈر : ½ کھانے کا چمچ

ہرادھنیا : ½ کپ(باریک کٹا ہوا)

ہری مرچ : 4سے3(باریک کٹی ہوئی)

انڈے Beaten، Bread Crumbs

نمک . حسب ذائقہ

تیل . حسب ضرورت

ترکیب:

مچھلی کو Steam کرلیں، پھر اس کے کانٹے نکال کر میش کرلیں، اس کے بعد نمک اور سفید مرچ مکس کردیں، آلوؤں میں ہرادھنیا، ہری مرچ اور کارن فلور مکس کردیں، ساتھ ہی ڈبل روٹی پانی میں بھگو کر نچوڑ کر آلوؤں میں مکس کردیں، آلوؤں کی ٹکیہ میں مچھلی کے ریشے درمیان میں رکھ کر کباب بنائیں اس کے بعد انڈوں میں ڈپ کرکے Crumbs میں رول کرکے فرائی کرلیں۔

☆☆☆

چکن پٹیٹو اسٹکس

اجزاء:

چکن : ½ کلو(بون لیس، 1انچ کیوبز کاٹ لیں)

آلو : ½ کلو

کالی مرچ : 1چائے کا چمچ

ہری مرچ : 2 کھانے کے چمچ(پسی ہوئی)

ہرادھنیا : 2 کھانے کے چمچ(پسا ہوا)

زیرہ : 1 کھانے کا چمچ(پسا ہوا)

نمک : حسب ذائقہ

دہی : ½ کپ

تیل/گھی : حسب ضرورت

ترکیب:

دہی میں تمام مصالے مکس کرکے چکن میں لگائیں اور آدھے گھنٹے کے لیے رکھ دیں۔ پھر 2 کھانے کے چمچ تیل ڈال کر فرائی کرلیں۔ آدھا کلو آلو چھیل کر Cubes میں کاٹ لیں، پھر اس کو نمک ڈال کر ابال لیں پھر پانی سے نکال کر آدھا کھانے کا چمچ کالی مرچ ڈالیں Sticks میں آلو اور چکن باری باری لگائیں اور کیچپ کے ساتھ پیش کریں۔

☆☆☆

دیس بدیس کی ضیافتیں

بالی فش

(مدراسی ڈش)

اجزاء:

مچھلی : ½ کلو (صاف کر کے ٹکڑے کر لیں)
املی : ½ کپ
پیاز : 1 عدد (چوپڈ)
لہسن : 3 جوے (پیسٹ تیار کر لیں)
لال مرچ پاؤڈر : ½ کھانے کا چمچ
ہلدی : ½ چائے کا چمچ
دھنیا پاؤڈر : ½-1 چائے کا چمچ
ثابت زیرہ : ½ چائے کا چمچ (بھون کر پیس لیں)
رائی : ½ چائے کا چمچ (بھنی ہوئی)
سونف : ½ چائے کا چمچ (بھنی ہوئی)
ناریل : 1 کھانے کا چمچ (کش کیا ہوا)
کڑی پتہ : 5-4 عدد
ٹماٹر : 250 گرام (چوپڈ)
ہری مرچ : 1 عدد (چوپڈ)
نمک : حسب ذائقہ
تیل : ½ کپ

گارنش کے لیے:

پیاز : 1 عدد (چوپڈ)
تیل : 2 کھانے کے چمچ
ثابت زیرہ 1 چائے کا چمچ
ہرا دھنیا : حسب ضرورت (چوپڈ)

ترکیب:

املی بھگو کر رکھ دیں۔ ایک کڑاہی میں تیل گرم کریں۔ پیاز ڈالیں، گولڈن براؤن ہو جائے تو لہسن، لال مرچ، ہلدی، دھنیا، زیرہ، رائی، سونف، ناریل، کڑی پتہ اور نمک ڈالیں۔ 30 سیکنڈ فرائی کر کے املی کا گودا اور ٹماٹر شامل کر کے ایک منٹ بھون لیں۔ مچھلی کے ٹکڑے، ہری مرچ اور نمک شامل کر کے ڈھک کر ½ گھنٹہ پکائیں۔ ایک پین میں تیل گرم کریں اور پیاز فرائی کر کے گولڈن کر لیں۔ ثابت زیرہ ڈالیں، کڑکڑانے لگے تو مچھلی کے اوپر ڈالیں۔ اوپر ہرا دھنیا چھڑک کر اُبلے چاولوں کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔

ارسال کردہ: عذرا اشفاق، کراچی

☆☆☆

پزا

(اٹالین ڈش)

اجزاء:

پزا ساس کے لیے:

تیل 2 کھانے کے چمچ
لہسن ½-1 چائے کا چمچ (چوپڈ)
ٹماٹر کا پیسٹ ½ کپ
پیاز ½-1 چائے کا چمچ (چوپڈ)
اوریگانو 1 چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
سرخ مرچ پاؤڈر 2 چائے کے چمچ
پانی ½ کپ

ترکیب:

پین میں تیل گرم کر کے لہسن اور پیاز گولڈن کر لیں۔ اس میں ٹماٹر کا پیسٹ، اوریگانو، نمک، سرخ مرچ اور پانی ڈال کر گاڑھا سا پیسٹ بنا لیں اور ٹھنڈا کر لیں۔

پزا کے لیے:

میدہ : 2 کپ
خمیر : 2 چائے کے چمچ
نمک : حسب ذائقہ
چینی : 1 کھانے کا چمچ
تیل : 2 چائے کے چمچ

ترکیب:

میدے میں خمیر، نمک، چینی اور تیل مکس کر کے پانی سے آٹے کی طرح گوندھ لیں اور ½ گھنٹہ ململ کے گیلے کپڑے سے ڈھانک کر رکھ دیں۔

فلنگ کے لیے:

پیاز، شملہ مرچ اور ہری مرچ : 1،1 عدد (گول کاٹ لیں)
چکن (بون لیس) : ½ کلو (اُبال کر کیوبز کاٹ لیں)
چیڈر چیز : 1 کپ (کدوکش کیا ہوا)

ترکیب:

میدے کے آٹے کی روٹی بیل لیں اور گریسڈ بیکنگ ٹرے میں رکھ کر کانٹے سے تھوڑے تھوڑے فاصلے پر سوراخ کر دیں۔ اس پر پزا سوس پھیلائیں اس کے بعد چکن، شملہ مرچ، پیاز اور ہری مرچ ڈالیں۔ تھوڑا سا نمک اور کالی مرچ چھڑکیں اور آخر میں چیز ڈال کر پھیلا لیں۔ پہلے سے گرم اوون میں 200C پر 10 سے 12 منٹ تک بیک کریں۔ تیار ہو جائے تو ٹماٹو کیچپ کے ساتھ سرو کریں۔

ارسال کردہ: میمہ اقبال، کراچی

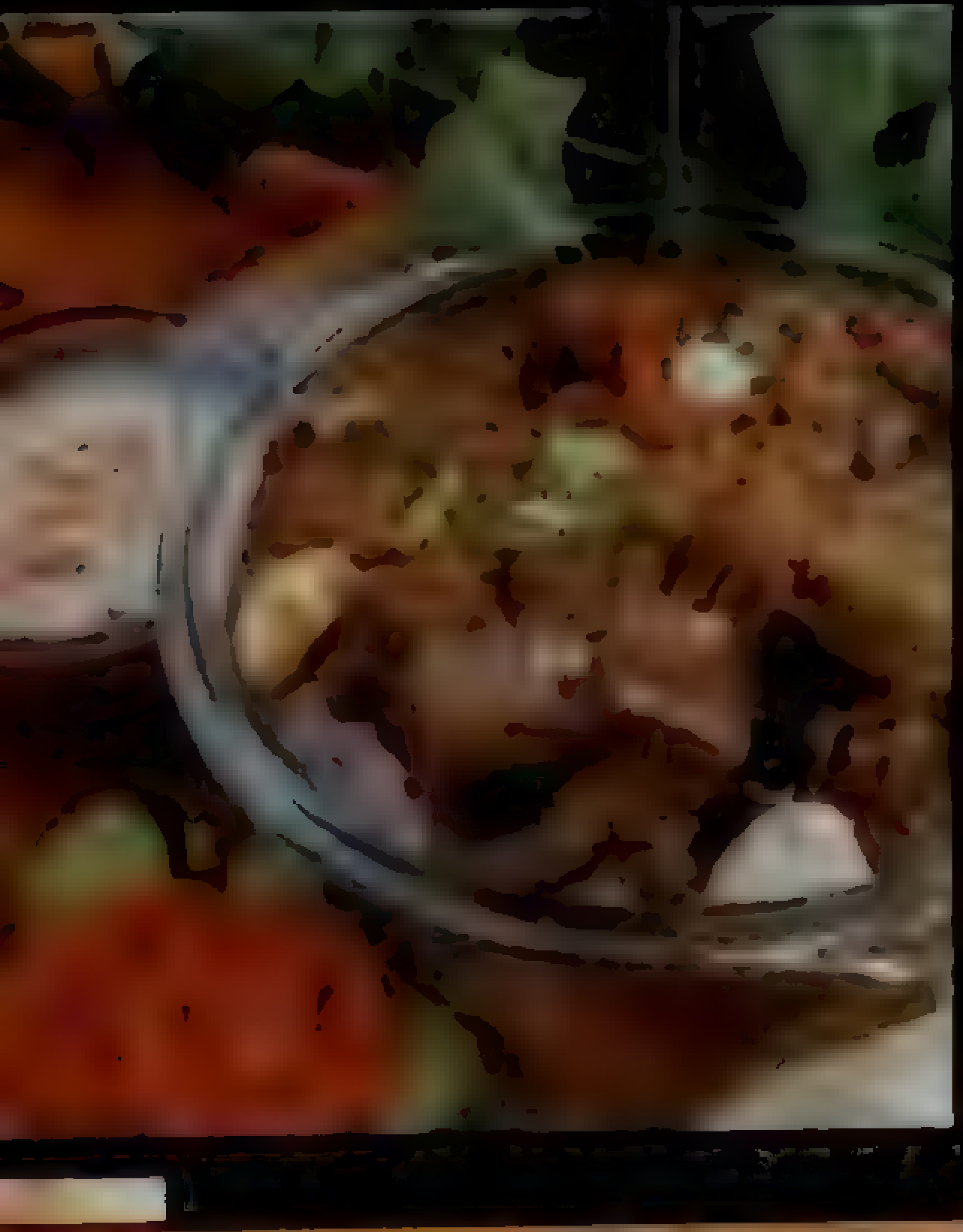
☆☆☆

چکن ڈونٹس

(چائنیز ڈش)

اجزاء:

میدہ : 2 کپ
خمیر : 1 چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
خشک دودھ : 1 کھانے کا چمچ
چینی (پسی ہوئی) : 1 کھانے کا چمچ
مکھن : 1 کھانے کا چمچ



انڈا : 1 عدد

ترکیب:

ایک پیالے میں میدہ، خمیر، نمک، خشک دودھ، چینی، مکھن اور انڈا ملا کر ان کو گوندھ کر نرم ڈو بنالیں اور کسی گرم جگہ پر ڈھک کر ایک گھنٹہ تک رکھیں۔

فلنگ کے لیے اجزاء:

مرغی : 1 کپ (ابلی ہوئی)
پیاز : 1 کھانے کا چمچ (چوپڈ)
میدہ : 1 کھانے کا چمچ
مکھن : 2 چائے کے چمچ
کالی مرچ پاؤڈر : 1 چائے کا چمچ
ہری مرچیں : 2 عدد (باریک کٹی ہوئی)
ہرا دھنیا : حسب ضرورت (باریک کٹا ہوا)
چائنیز سالٹ : حسب ذائقہ
گھی / تیل : حسب ضرورت (فرائی کرنے کے لیے)

ترکیب:

مکھن گرم کریں۔ اس میں مرغی، پیاز، چائنیز سالٹ ڈال کر فرائی کریں ،اس کے بعد میدہ بھی ملالیں بھون کر چولہا بند کرلیں۔ ہرا دھنیا اور ہری مرچ شامل کریں، فلنگ تیار ہے۔

اب جو ڈو بنایا تھا، ایک گھنٹہ کے بعد وہ سائز میں دگنا ہوگیا ہوگا۔ اس کو بیل کر، کٹر سے گول گول بسکٹ کی طرح سے کاٹ لیں، اب ایک ٹکڑے پر فلنگ رکھ کر اس پر دوسرا ٹکڑا رکھ کر کنارے سیل کرلیں۔ تیل گرم کریں اور ڈونٹس کو ڈیپ فرائی کرلیں۔ ہلکی آنچ پر گولڈن فرائی کر کے نکال لیں، ٹماٹو کیچپ اور فرنچ فرائز کے ساتھ پیش کریں۔

ارسال کردہ: اقراء افضال، کراچی

☆☆☆

داس قیمہ
(سندھی ڈش)

اجزاء:

قیمہ : ½ کلو
پیاز : 2 عدد (باریک کاٹ لیں)
ہری پیاز 1 پاؤ (باریک کاٹ لیں)
ہرا دھنیا : ½ کپ (باریک کاٹ لیں)
ہری مرچ : 6 عدد (باریک کاٹ لیں)
ٹماٹر : 3 عدد (چوکور کاٹ لیں)
نمک : حسب ذائقہ
ہلدی : ½ چائے کا چمچ
لال مرچ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ
گھی / تیل : ½ کپ

ترکیب:

ایک کڑاہی میں تیل گرم کریں اور اس میں قیمہ، پیاز، ہرا دھنیا، ہری پیاز، ہری مرچ، نمک، ہلدی اور لال مرچ پاؤڈر ڈال کر ہلکی آنچ پر پکنے دیں۔ جب قیمہ آدھا پک جائے تو اس میں ٹماٹر شامل کردیں اور اسے اچھی طرح بھون کر دم پر رکھ دیں۔ جب دیکھیں کے تیل اوپر آجائے تو اتار لیجیے۔ مزیدار "داس قیمہ" تیار ہے۔ اسے گرم پراٹھوں کے ساتھ نوش فرمائیں۔

ارسال کردہ: نگہت جہاں، کراچی

☆☆☆

رائتہ گوشت
(بلوچی ڈش)

اجزاء:

بکرے یا مرغی کا گوشت 1 کلو
دہی 1 پاؤ
سرخ مرچ پاؤڈر 1 چائے کا چمچ
گرم مصالحہ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ
دھنیا پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ
زیرہ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ
ہلدی پاؤڈر ½ چائے کا چمچ
لہسن اور ادرک پیسٹ : 1 چائے کا چمچ
دودھ : ½ کپ
نمک حسب ذائقہ
تیل : 2 کپ تلنے کے لیے

رائتہ کے لیے اجزاء:

دہی : 1 کلوگرام
پیاز : 1 عدد
ہرا دھنیا : 2 چائے کے چمچ
ہری مرچیں : 2 عدد
ثابت زیرہ : ½ چائے کا چمچ
کالی مرچ : 1 چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ

بگھار کے لیے:

تیل : 2 کھانے کے چمچ
ثابت زیرہ : ½ چائے کا چمچ
کڑی پتہ : ½ چائے کا چمچ

ترکیب:

گوشت کو دھو کر پانی خشک کرلیں۔ پھر نمک اور تمام مصالحے بمعہ دودھ اور ایک پاؤ دہی کے ساتھ ملا کر رکھ دیں۔ آدھے گھنٹے بعد تیل کڑاہی میں گرم کر کے مصالحے لگے گوشت کو اچھی طرح فرائی کریں اور رائتے میں شامل کردیں۔ رائتے کے لیے زیرے کے سوا تمام مصالحے پیس کر دہی میں مکس کردیں۔ جب تمام گوشت رائتے میں شامل ہوجائے تو دو چمچ تیل گرم کر کے زیرہ اور کڑی پتہ اس میں کڑکڑائیں پھر اس بگھار کو "رائتہ گوشت" کے اوپر ڈال دیں۔ گرم گرم روٹیوں کے ساتھ تناول کیجیے۔

ارسال کردہ: صفیہ عمیر، بہاولپور

☆☆☆

لابزی اسٹو
(چائنیز ڈش)

اجزاء:

گوشت : 1 کلوگرام
تیل / گھی : 1 کھانے کا چمچ
سویا سوس : 1 کپ
ادرک : 50 گرام
ہری پیاز : 125 گرام
پسی ہوئی کالی مرچ : ½ چائے کا چمچ
اجینوموتو : ½ چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ

ترکیب:

بکرے کا گوشت بغیر ہڈی کا صاف کر کے اس کی حسب ضرورت بوٹیاں بنائیں۔ اس کے بعد پتیلی میں ایک لیٹر پانی ڈال کر چولہے پر رکھیں۔ جب پانی ابلنے لگے تو اس میں گوشت کے ٹکڑے ڈال کر درمیانی آنچ پر ابال لیں۔ تین منٹ کے بعد اس میں سویا سوس، ہری پیاز، کالی مرچیں، اجینوموتو، ادرک اور تیل ڈال کر کفگیر کے ساتھ ملائیں اور پتیلی کا ڈھکن مضبوطی سے ڈھانپ دیں۔ گوشت گل جائے اور پانی خشک ہوجائے تو پتیلی کو چولہے سے اتار کر ایک گہری ڈش میں نکالیں۔ اب آپ اسے نوش فرما سکتے ہیں۔

ارسال کردہ: تحریم قمر، راولپنڈی

☆☆☆

ملک کا بجٹ تو آ گیا......اب گھر کا بجٹ بنائیے اور بچت کرنا سیکھیے

آج کل کی مہنگائی میں کم آمدنی میں گزارا کرنا جوئے شیر لانے کے مصداق ہے پھر رقم بچا لینا تو دور کی بات ہے، عموماً خواتین قرضوں کے بوجھ تلے دبی رہتی ہیں۔

اخراجات کو آمدنی کی حدود میں رکھنے کا ایک ہی طریقہ ہے اور تمام عقلمند خواتین اس پر عمل کرتی ہیں اور وہ ہے ماہانہ بجٹنگ۔

سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ ایک گھریلو خاتون اپنے پیسے اور اخراجات کے درمیان توازن کس طرح رکھے؟ وہ اس بات کو کس طرح یقینی بنائے کہ اس کے اخراجات اس کی آمدنی سے زیادہ نہ ہوں؟

آپ کو اس مضمون میں ہم یہ بتانے کی کوشش کریں گے کہ آپ کیسے گھر کا بجٹ کامیابی سے بنا سکتی ہیں۔

[illegible]

[illegible]

ہوم بجٹ بنانے کے اصول

[illegible]

بچت کے اصول

بچت اچھی عادت ہے۔ ہر انسان کو اپنی ماہانہ آمدنی کا تقریباً 25 فیصد حصہ ضرور بچانا چاہیے۔ فضول خرچی کے عادی افراد بچت کو کنجوسی سے تعبیر کرتے ہیں۔ اگر کہنے کو تو وہ یہ بات کہہ دیتے ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ بچت اور کنجوسی میں بہت فرق ہے۔

☆ اپنی 75 فیصد آمدنی کے تین حصے کر لیں۔ 25 فیصد کھانے کے، 25 فیصد بچوں کے اسکول کی فیس، یوٹیلٹی بلوں وغیرہ کے لیے اور 25 فیصد روزمرہ کے اخراجات کے لیے رکھ چھوڑیں۔ اس طرح آپ کو بجٹ کے توازن کو برقرار رکھنے میں مدد ملے گی۔

☆ ہر ماہ ایک مخصوص رقم سیونگ اکاؤنٹ میں جمع کرتی رہیں اس سے دوہرا فائدہ ہوگا۔ ایک تو اس رقم پر آپ کو سالانہ منافع ملے گا دوسرے یہ رقم ہنگامی ضرورتوں میں کام آ سکتی ہے۔ آگے چل کر بچوں کی شادی یا گھر کی خریداری پر کافی رقم کی ضرورت پڑتی ہے اگر تھوڑا تھوڑا بچاتی رہیں تو دس پندرہ سال بعد آپ اپنی بنیادی ضروریات پوری کر سکتی ہیں۔

☆ زیادہ بہتر یہی ہوگا کہ آپ اپنی رقم این آئی ٹی یا حکومت کی بچت کی اسکیموں میں لگا دیں اور اس کا منافع بھی اس میں جمع کرتی جائیں مثلاً ڈیفنس سیونگز سرٹیفکیٹس میں سرمایہ کاری کریں تو دس برس بعد آپ کی رقم پانچ گناہ ہو کر ملتی ہے وہ رقم بچوں کی شادیوں کے وقت بہت کارآمد ہو سکتی ہے۔

☆ اپنی آمدنی کا 75 فیصد حصہ استعمال میں لائیں اور 25 فیصد حصے کو کہیں محفوظ کر کے خود کو یہ یقین دلائیں کہ یہ رقم آئی ہی نہیں ہے اور اب پورے مہینے کے اخراجات اسی 75 فیصد حصے سے پورے کرنے ہیں۔

☆ بعض خواتین ایک ہی دکان سے تمام اشیاء خریدنے کی عادی ہوتی ہیں۔ آپ کو چاہیے کہ بازار میں مختلف دکانوں پر جا کر تمام درکار چیزوں کے نرخ معلوم کریں اور جس دکان کے نرخ مناسب محسوس ہوں، اسی دکان سے سامان خرید لیں۔ بچت کے لیے بہتر ہے کہ جب آپ ماہانہ خریداری کے لیے گھر سے نکلیں تو ہول سیل مارکیٹ کا رخ کریں، تاکہ آپ کو خریداری میں بھی کچھ بچت ہو سکے۔

کی۔

☆ فضول خرچی سے پرہیز لازمی شرط ہے، اگر آپ کو نت نئی اشیاء خریدنے کا جنون ہے تو کھلی آنکھوں سے اس بات کو مدنظر رکھیے کہ آپ سب سے اچھی خریداری کہاں سے کر سکتی ہیں۔ رقم خرچ کرنے سے بہترین چیز کے انتخاب کو اپنی عادت بنائیے، بہت سی کمپنیاں اپنے سالانہ اسٹاک کو نکالنے کے لیے کم قیمت پر اسٹالز لگاتی ہیں۔ ان کمپنیوں کے اسٹالز کا اعلان ہوتے ہی آپ اپنی الیکٹرانک مصنوعات کو یہاں سے خرید سکتی ہیں اس قسم کی شاپنگ فیسٹیول سے آپ خریداری کر کے کسی سرپرائز گفٹ کو بھی جیت سکتی ہیں۔

☆ جہاں تک ممکن ہو اپنے سفر کے انتظامات کو ایڈوانس میں کر کے رکھیے۔ اس عادت کی وجہ سے آپ کو اپنے اور اپنے خاندان والوں کے لیے سستے ہوائی جہاز کے ٹکٹس دستیاب ہو سکتے ہیں۔ اس سلسلے میں بھی آپ مختلف ہوائی کمپنیوں کا موازنہ کر سکتی ہیں۔ آپ کے ٹریول ایجنٹ نے ہوائی ٹکٹس کے جو نرخ آپ کو بتائے ہیں اسے ایئرلائن میں فون کر کے ضرور کنفرم کیجیے کہ کہیں آپ زائد رقم تو ادا نہیں کر رہیں کیونکہ بہرحال یہ آپ کے خون پسینے سے کمائی ہوئی دولت ہے۔

☆ اگر آپ مطالعے کی شوقین ہیں تو کوئی بھی ناول آپ کو ایک کپ کافی کی قیمت میں دستیاب نہیں ہوگا، اگر آپ بیسٹ سیلرز کتابیں پڑھنے کی عادی ہیں تو یہ کتابیں اور بھی زیادہ مہنگی ہوتی ہیں اس مسئلے کے حل کے لیے آپ اپنے محلے کی لائبریری کی ممبر بنیں اور بغیر کسی زائد رقم کی ادائیگی کے مطالعہ انجوائے کیجیے۔ شہر میں کئی ایسی لائبریریاں ہیں جو صرف شناختی کارڈ رکھ کر دس یا پندرہ دن کے لیے کتاب پڑھنے کو دے دیتی ہیں۔

☆ فون کا بے دریغ استعمال کرنے کے بجائے پری پیڈ کارڈ استعمال کیجیے، فری ان کمنگ کالز یا کمپلیمنٹری موبائل نمبرز کو زیادہ سے زیادہ استعمال کیجیے۔ اپنے لائف اسٹائل پر دھیان رکھیے کہ کہیں آپ اپنی اوقات سے زیادہ وبلا وجہ اور بے دریغ تو پیسہ نہیں خرچ کر رہی ہیں۔

ہمیں یقین ہے کہ اگر آپ نے ان رہنما اصولوں پر عمل کیا تو پھر آپ کی گھریلو زندگی بھی مطمئن اور آسودہ ہو جائے گی۔ یاد رکھیے کہ اعتدال پسندی ہی کامیابی کا راز ہے۔

پھولوں جیسی کھلی زندگی
نِساء
ہیر ریمول لوشن / کریم
Lotion
Hair Removal
TREND

ڈپریشن...... پیچیدہ لیکن قابلِ علاج مرض

ہم میں سے اکثر لوگ کبھی نہ کبھی ذہنی دباؤ کا شکار ہوتے ہیں۔ اس ذہنی دباؤ کی وجہ زندگی میں آنے والے اتار چڑھاؤ ہیں اور ہر شخص میں اس کی علامات مختلف ہو سکتی ہیں۔ مگر جب اس ذہنی دباؤ کی کیفیت کا دورانیہ طویل اور مستقل ہو جائے اور اس میں شدت آجائے تو اسے ڈپریشن کا نام دیتے ہیں۔ عموماً لوگ ڈپریشن کے بارے میں بات کرتے ہیں تو اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ وہ اداس، مایوس ہیں یا خوش نہیں ہیں۔ [illegible] ڈپریشن [illegible] یہ علامات اور اداسی لمبے عرصے تک رہتی ہیں اور معمول کی زندگی میں شامل ہوتی ہیں۔ [illegible]
ڈپریشن کسی قسم کی کمزوری کا نام نہیں [illegible] میڈیکل سائنس کے نزدیک یہ ایک بیماری ہے [illegible] جسم اور دماغ [illegible] ڈپریشن سے متعلق تمام [illegible] معلومات فراہم کرتے ہیں [illegible] ڈپریشن سے [illegible]

[illegible]

☆ نیند نہ آنے کی صورت میں بیڈ پر کروٹیں مت بدلیں بلکہ کسی اور جانب دھیان لگائیں جیسے ٹی وی دیکھیں یا اچھی سی کتاب پڑھ لیں۔
☆ کام میں دل نہ لگنے کی صورت میں کام چھوڑ نہ دیں بلکہ اسے دلچسپ بنانے کی کوشش کریں اور اس سے حاصل ہونے والے نتائج پر نگاہ رکھیں [illegible]
☆ اپنی زندگی متوازن بنائیں۔ منفی عادات پر قابو پانا اور مثبت عادات [illegible] سیکھیں۔
☆ اپنی غذا صحت مند بنائیں۔ کیونکہ متوازن غذا صحت مند جسم اور دماغ دونوں کے لیے ضروری ہیں۔

علاج و تشخیص

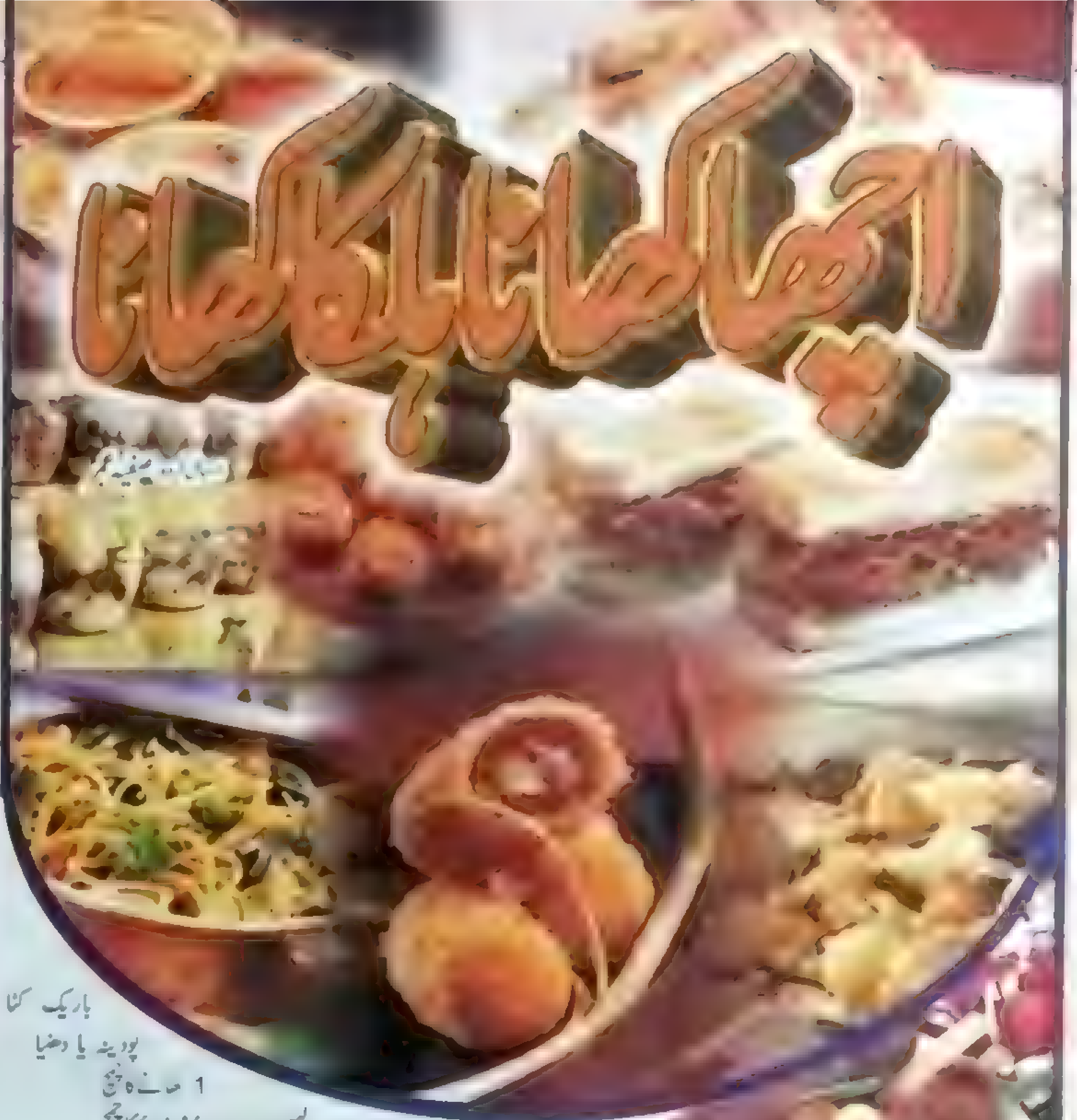
☆ ڈپریشن میں معالج مریض کی جسمانی صحت سے متعلق ٹیسٹ کروا سکتا ہے۔ ڈپریشن کی مریض کی ذہنی کیفیت کا پتہ لگانے کے لیے وہ مریض سے اس کی زندگی سے متعلق مختلف سوالات کر سکتا ہے۔ مریض کو چاہیے کہ وہ اپنے معالج کے ساتھ بھرپور تعاون کرے اور اسے اپنے ماضی، حال [illegible] مکمل معلومات فراہم کرے۔
☆ ڈپریشن کا جتنی جلدی علاج کروایا جائے اتنی ہی جلدی نجات ممکن ہو سکتی ہے [illegible] ڈپریشن سے علاج کی طویل مدت کے باعث [illegible] ڈپریشن کا علاج [illegible] اپنی مرضی سے چھوڑ دینا مریض کے لیے نقصان دہ ثابت ہوتا ہے۔ ڈپریشن کے علاج کے لیے سائیکاٹرسٹ صرف کاؤنسلنگ یا صرف ادویات یا پھر دونوں چیزوں کو [illegible] استعمال کر سکتا ہے۔ ڈپریشن میں دی جانے والی ادویات [illegible] متوازن بنانے میں معاون ثابت ہوتی [illegible] ڈپریشن ہوتا ہے۔
☆ [illegible] ورزشیں بھی ڈپریشن کے مریضوں کے لیے معاون ثابت ہو سکتی ہیں۔
☆ کوگ نیٹو تھراپی (Congnitive Therapy) بھی اس ضمن میں مددگار ثابت ہوتی ہے۔
☆ یوگا [illegible] بھی ڈپریشن کے مریضوں کے لیے بہت مفید ثابت ہوتے ہیں۔

حقائق

☆ ڈپریشن ایک بہت عام کیفیت کا نام ہے یہ بلا تفریق جنس و عمر ہو سکتی ہے۔
☆ [illegible] میں سے کسی کی بھی زندگی کا 20 فی صد حصہ ڈپریشن سے [illegible] ہے۔
☆ مردوں کے مقابلے میں ڈپریشن سے متاثر ہونے والی خواتین کی تعداد [illegible]
☆ یہ کسی قسم کی کمزوری کی نشاندہی نہیں کرتا۔
☆ اس سے [illegible] ہونے کی کوئی ضرورت نہیں۔
☆ اس کا موثر علاج دستیاب ہے۔

[illegible]

لگے زندگی
اور بھی میٹھی!
نیا کُمیل اب Easy-Open-End کیساتھ پسندیدہ ریگولر،
مزیدار چاکلیٹ اور الائچی فلیور میں۔
کُمیل سے بنائیں خوشذائقہ میٹھے، لگائیں آئسکریم یا گولے گنڈے پر
ملائیں چائے میں یا کھائیں بس یونہی۔
کُمیل سے لگے زندگی اور بھی میٹھی۔
Now with Easy-Open-End
Comelle



بیکڈ مکسڈ ویجیٹیبل

اجزاء
سبزیاں
بینگن ... عدد
... 3 عدد
... 250 گرام
میرینیشن کے لیے
... 2 کھانے کے چمچ
... 2 کھانے کے چمچ

باریک کٹا
پودینہ یا دھنیا
1 کھانے کا چمچ
لہسن پیسٹ : ½ چائے کا چمچ
نمک : حسب ذائقہ
سیاہ مرچ پاؤڈر : ½ چائے کا چمچ
ترکیب
☆میرینیشن کے تمام اجزاء ایک پیالے میں ڈال کر ملائیں۔ سبزیاں چھیل کر باریک کاٹ لیں تقریباً آدھ انچ کے ٹکڑے۔ ان سب کو اچھی طرح مکس کر کے Grill کرلیں۔
☆ایک لمبوتری ڈش میں یکے بعد دیگرے سبزیاں اس طرح رکھیں ہر تہہ میں ٹماٹر کا پیسٹ اور کچھ پنیر ڈال دیں کنارے تک ڈش کو بھرنے کے بعد کسی چیز سے دبادیں اور گرم اوون میں تقریباً 30 منٹ تک رکھ کر بیک کرلیں۔
پھر دس منٹ ٹھنڈا کرنے کے بعد سانچے میں چاروں طرف چھری پھیریں اور کسی ڈش میں سبزیوں کو پلٹ لیں۔ چوکور ٹکڑے کاٹ لیں اور پیش کریں۔
☆☆☆

بیکڈ بینگن

اجزاء:
ٹماٹو ساس : 1 کپ
گول بینگن : ½ کلو
تازہ پارسلے یا ہرا دھنیا : 2 کھانے کے چمچ
نمک و سیاہ مرچ : حسب ذائقہ
مایونیز : 2 کھانے کے چمچ
... : حسب ذائقہ
ترکیب:
☆اوون کو 350F پر آن کردیں۔
☆بینگن دھو کر خشک کر کے کانٹے سے چاروں طرف سے گود لیں۔ درمیان سے کاٹ کر آدھا آدھا کرلیں۔ نمک اور سیاہ مرچ چھڑک دیں۔ درمیان سے بھی کانٹے سے گود لیں اور چاروں طرف برش سے مایونیز لگا کر بیکنگ کے لیے ایک ڈش میں رکھ دیں۔ تقریباً 30 منٹ تک بیک کریں۔ پندرہ منٹ بعد پلٹ دیں تاکہ اچھی طرح بیک ہو جائیں۔ جب پیش کرنا ہوں تو شیشے کی ڈش میں سلاد کے پتے رکھیں ان پر بیک شدہ بینگن اور ان پر ٹماٹو ساس پھیلا کر پارسلے چھڑک دیں۔
☆☆☆

پپیتے کی سلاد

اجزاء
پپیتا : 1 عدد
سلاد کے تازہ پتے : حسب ضرورت
باریک کاغذی کٹا ہوا روسٹ بیف : ½ کلو
ترکیب:
☆پپیتے کو چھیل کر لمبائی میں کاٹ کر آٹھ پھانکیں کرلیں۔ بیج بھی نکال دیں۔
☆پلیٹ میں سلاد کے پتے رکھیں ان پر پپیتے کی پھانکیں سجادیں اور پھانکوں کے درمیان باریک روسٹ بیف سجادیں۔
☆☆☆

رولی رولز

اجزاء:
آٹے کی نرم تازہ پکی روٹیاں : 10 عدد
... بینز : 1 ٹن
ہری مرچ : 2 کھانے کے چمچ (باریک کٹی ہوئی)
ہرا دھنیا : 2 کھانے کے چمچ (باریک کٹا ہوا)
ٹماٹر و پیاز کا لیمن جوس ملا کچومر : 1 کپ
پنیر : 1 کپ (کدوکش کرلیں)
ترکیب:
ڈبے سے Beans نکال کر ان میں آدھا کچومر، آدھا پنیر، ہری مرچیں، ہرا دھنیا اور نمک ملادیں۔ ہر روٹی کے اوپر بینز اور پنیر والا مرکب تین تین چمچ بھر کر ڈالیں اور دونوں طرف سے تھوڑے کنارے موڑ کر روٹی کو رول کی شکل میں لپیٹ دیں۔
ایک اوون پروف ڈش میں ہلکی سی چکنائی لگا کر سارے رولز اس میں رکھ دیں اس طرح کہ کنارے نیچے کی طرف رہیں۔ بقیہ رولز کے اوپر پنیر چھڑک کر پہلے سے 350F پر گرم شدہ اوون میں رکھ کر اتنی دیر بیک کریں کہ رولز خوب گرم ہو جائیں اور پنیر بھی پگھل جائے۔ بقیہ کچومر کے ساتھ پیش کریں۔
☆☆☆

دہی کا پنیر

حسب ضرورت دہی لے کر اسے ایک باریک چھلنی میں ململ کا کپڑا بچھا کر ڈال دیں۔
نیچے ایک پیالہ رکھ دیں تاکہ دہی کا پانی اس میں نچڑ کر جمع ہوتا رہے۔ ڈھانپ کر 24 گھنٹوں کے لیے فریج میں رکھ دیں۔ دہی کا پنیر تیار ہوگا۔
☆☆☆

لیمن یوگرٹ کپ

اجزاء:
جیلاٹن پاؤڈر : 2 کھانے کے چمچ
پانی : ½ کپ
لیمن یوگرٹ یا کوئی بھی فلیور : 6 اونس
تازہ پودینہ : سجانے کے لیے
مکس پھل (کٹے ہوئے تازہ) : حسب ضرورت
ترکیب
پانی میں جیلاٹن ملا کر گرم پانی کے برتن پر رکھ کر پکائیں تاکہ جیلاٹن بالکل گھل جائے۔ دہی میں یہ جیلاٹن ملادیں۔ اس دہی کو چار عدد چھوٹے سانچوں کو ہلکا سا چکنا لگا کر ڈال دیں اور فریج میں سیٹ ہونے کے لیے رکھ دیں۔
بڑی سی ہموار ڈش میں سانچوں کو پلٹ دیں اور ہر "کپ مولڈ" کے اوپر پودینے کا چھوٹا سا گچھا سجا کر مولڈز کے اطراف میں ملے جلے کٹے ہوئے پھل سجادیں۔ خربوزہ، تربوز، انگور یا کوئی سے بھی موسمی پھل۔

BAKE PARLOR
Exotic experience of
Salty
25% extra
Lites
25% extra
Bake Parlor offers extra quantity.
Premium quality, healthiness and tastefulness the Lites way
Extra care has been taken to maintain the hygiene, and nutrition quality of Lites in processing and packing.
and adults
Lites
it means

باورچی خانہ آپ کے ہاتھوں میں

[illegible]

اجزاء

بڑے کا گوشت 1 کلو

تیل 250 گرام

پسی ادرک 1 چائے کا چمچ

پسا لہسن 1 چائے کا چمچ

نمک حسب ضرورت

ہلدی 1 چائے کا چمچ

پیاز 3 عدد

شملہ مرچ 10 عدد

ٹماٹر : 1 عدد

پسا گرم مصالحہ : 1 کھانے کا چمچ

لال مرچ پاؤڈر : ½-1 کھانے کا چمچ

ترکیب:

دیگچی میں تیل گرم کریں۔ پیاز باریک کتر کر سنہری کریں۔ اس میں ادرک لہسن شامل کر کے بھونیں اب گوشت اور دیگر مصالحے ڈال کر خوب بھونیں۔ جب گوشت گل جائے تو ایک علیحدہ برتن میں پیاز، شملہ مرچ اور ٹماٹر کاٹ کر گوشت میں ڈالیں 5 منٹ دم دے دیں۔

ارسال کردہ: صفیہ عمیر، بہاولپور

چائنیز بریانی

اجزاء

چکن 1 کلو

پیاز 2 عدد

سبز مرچ : 5 عدد (باریک کٹی ہوئی)

[illegible]

نمک : حسب ذائقہ

لہسن ادرک پیسٹ : 2 کھانے کے چمچ

کالی مرچ پاؤڈر : 2 کھانے کے چمچ

چاول (باسمتی) : ½ کلو

گھی / تیل : 3 پیالی

سویا ساس : 2 کھانے کے چمچ

سرکہ : 1 کھانے کا چمچ

ہرا دھنیا : حسب ضرورت

ترکیب:

سب سے پہلے چکن صاف کر کے دھولیں۔ پھر ایک پیالے میں سویا ساس، سرکہ اور ٹماٹو پیوری ڈال کر چکن ڈال دیں اور اچھی طرح سے مکس کر کے ڈھانپ کر رکھ دیں۔ اس دوران دیگچی میں چاولوں کے لیے پانی رکھ دیں اور ایک چمچ نمک ڈال دیں۔ چاول دھو کر بھگو دیں جب پانی اُبلنے لگے تو چاول پانی میں [illegible] چاول ایک کنی کچے رہ جائیں تو چھان لیں۔ چاول 1 منٹ کے لیے [illegible] رکھ دیں۔ دوسری طرف دیگچی میں [illegible] پیالی آئل ڈال کر سارا چکن ڈال دیں اور [illegible] منٹ تک بھنائی کریں۔ بھنائی کے دوران [illegible] والے فرائنگ پین میں آئل ڈال کر پیاز براؤن کر لیں چکن گل جائے تو جس دیگچی میں [illegible]

چکن ڈال دیں اب باریک کٹی ہوئی مرچیں اور دھنیا سے گارنش کر دیں اور اوپر سے آدھے سے زیادہ چاول پھیلا دیں۔ پھر دوبارہ چکن کی ساری تہہ لگائیں اور پھر چاول کی تہہ لگا دیں۔ چاہیں تو دم دینے سے پہلے ایک لیموں کا رس ڈال دیں۔ اس سے چاول کھلے کھلے بنتے ہیں۔ دم اتارنے سے پہلے دیگچی صافی سے پکڑ کر اوپر نیچے کر لیں۔ بریانی تیار ہے۔

ارسال کردہ: نکہت جہاں، کراچی

چکن کباب

اجزاء:

مرغی کا قیمہ 1 کلو

ڈبل روٹی کے سلائس : 4 عدد

سویا ساس : 4 کھانے کے چمچ

ہری مرچیں : 4 عدد (کٹی ہوئی)

کارن فلور : 1 کھانے کا چمچ

انڈا : 1 عدد

اجینوموتو : ½ چائے کا چمچ

نمک حسب ضرورت

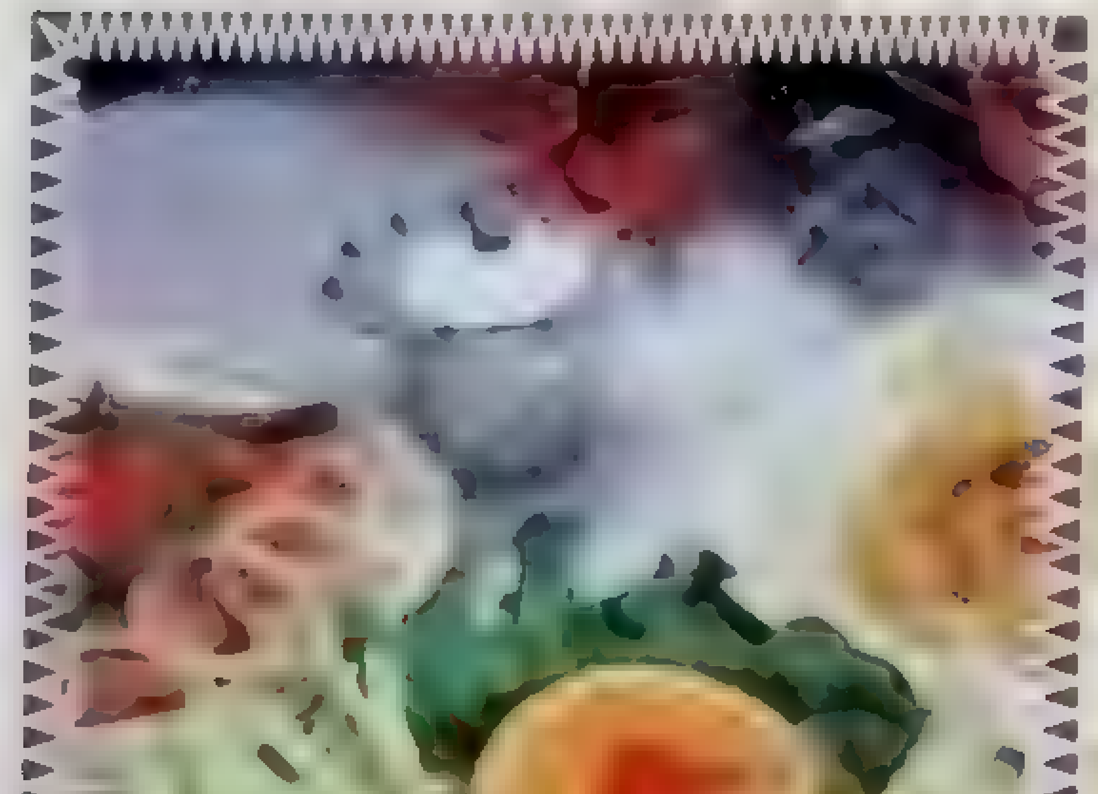
تیل / گھی : حسب ضرورت

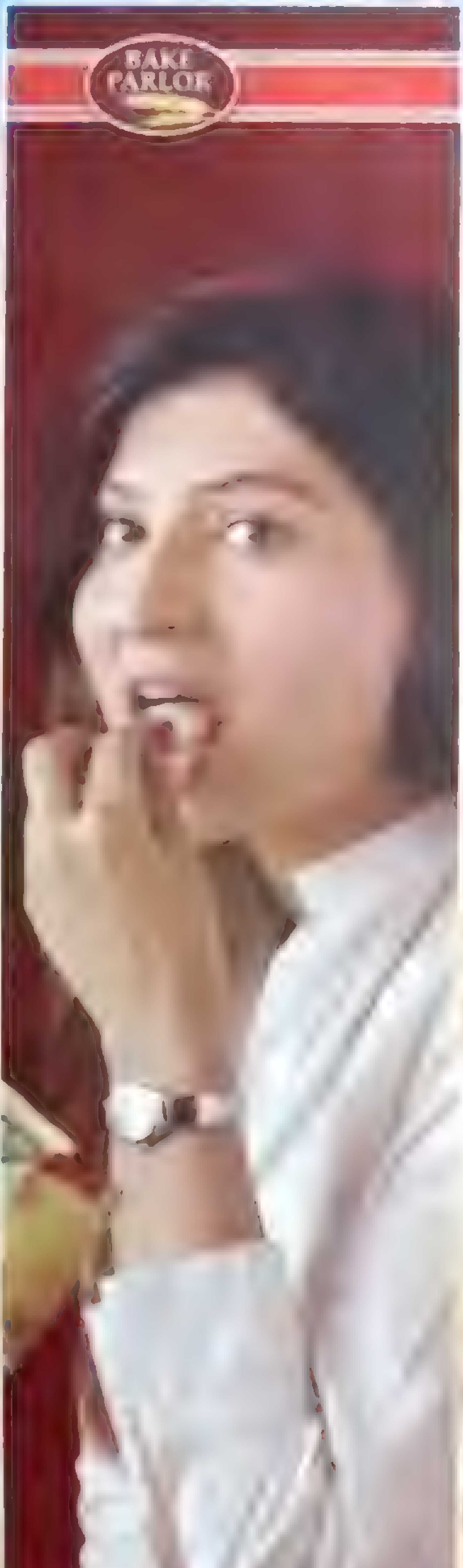
ترکیب:

سب سے پہلے قیمہ میں ڈبل روٹی کے سلائس کو سرکہ اور سویا ساس میں چورا کر کے ملائیں اور قیمہ کو آٹے کی طرح گوندھ لیں، اس کے بعد باقی سب اشیاء ملا کر تھوڑی دیر کے لیے فریزر میں رکھ دیں ٹکیاں بنا کر پھر فرائی کر لیں مگر ڈیپ فرائی نہ کریں تو بہتر ہے، مزیدار چکن کباب تیار ہیں۔

ارسال کردہ: وجیہہ سلیم، اسلام آباد

☆☆☆





اجزاء

ترکیب

ارسال کردہ سیما آصف، کراچی

اجزاء

ترکیب

اجزاء

ترکیب

ارسال کردہ مسز فوزیہ پرویز، کراچی

SUPER FRESH
Frozen Paratha
سپر فریش پراٹھا
ہر بار مزیدار
Pakistan's Most Favourite!
MYSTIQUE

[illegible]

ہیں تو آپ "پیٹ کیئر سینٹر" بھی کھول سکتے ہیں جہاں لوگ کہیں باہر جاتے وقت اپنے پالتو جانوروں کو آپ کے پاس چھوڑ جائیں اور آپ ان کی خدمت و نگرانی کے بدلے ان سے معاوضہ وصول کر سکتے ہیں۔
☆ اگر آپ میں خدمت خلق کا جذبہ موجود ہے تو آپ "اولڈ ایج ہاؤس" سروس شروع کر سکتی ہیں۔ بہت سے افراد ایسے ہوتے ہیں جنہیں اپنے بزرگوں کے لیے کسی ہمدرد شخص کی تلاش ہوتی ہے جو ان کی مدد و دیکھ بھال کر سکے۔ آپ اپنی خدمات مہیا کر کے اس سے خوش معاوضہ

بھی اچھا خاصا معاوضہ حاصل کر سکتے ہیں۔
☆ اگر آپ کو تعلیم و تربیت کے شعبے سے دلچسپی ہے تو عزیزوں اور محلے کے بچوں کو اپنے یا ان کے گھر پر ٹیوشن فراہم کر سکتے ہیں اور ماہانہ چار سے پانچ ہزار روپے باآسانی کما سکتے ہیں۔
☆ اگر آپ لکھنے سے شغف رکھتے ہیں تو اپنی اس صلاحیت و ہنر سے فائدہ اٹھاتے ہوئے مختلف اخبار و جرائد کے لیے مضامین و کہانیاں ارسال کریں اور گھر بیٹھے معاوضہ حاصل کریں۔ اس کے علاوہ آپ اشتہاری کمپنیوں کے

فرصت کے اوقات کو کام میں لائیے

سویرا فلک

اپنی آمدنی میں اضافہ کیجیے

سکتی ہیں۔ دیگر خواتین و حضرات بھی ان سے استفادہ حاصل کر سکتے ہیں۔
☆ اگر آپ پکوان کی تیاری، سلائی کڑھائی یا کسی اور اپنے گھریلو امور میں مہارت حاصل رکھتی ہیں تو اپنے گھر پر کوکنگ یا سلائی کڑھائی کی کلاسز شروع کر سکتی ہیں۔ خواتین اور بچوں کے ملبوسات کی ڈیزائننگ کر سکتی ہیں اس کے علاوہ تکیوں اور کشن کے ساتھ ساتھ کرسمس یا بلاک پرنٹنگ پر مشتمل بیڈ شیٹس تیار کر کے معاوضہ حاصل کر سکتی ہیں۔ اس کے علاوہ دفتروں اور تعلیمی اداروں میں لنچ بکس سروس مہیا کر سکتی ہیں اور مختلف پارٹیز وغیرہ کے لیے بھی بہ عوض معاوضہ اپنی خدمات فراہم کر سکتی ہیں۔

☆ اگر آپ اپنے گھر میں ایک چھوٹے سے کمرے کی گنجائش نکال سکتی ہیں تو آپ ایک چھوٹا سا "بے بی ڈے کیئر سینٹر" کھول سکتی ہیں جہاں ملازمت پیشہ خواتین اپنے چھوٹے بچوں کو آپ کی نگرانی میں چھوڑ کر جاسکیں اور آپ بھی ان ننھے پھولوں کے درمیان ایک خوبصورت دن گزار سکتی ہیں۔
☆ اگر آپ کے گھر میں صحن کی سہولت موجود ہے اور آپ کو جانور بھی پسند

معاوضہ حاصل کر سکتے ہیں۔
☆ اگر آپ کو کتابیں اور رسائل جمع کرنے کا شوق ہے تو آپ اپنے گھر میں چھوٹی سی لائبریری قائم کر سکتے ہیں۔ اس مقصد کے لیے ضروری نہیں کہ آپ بازار سے نئی کتب جمع کریں بلکہ اردو بازار اور چھوٹے ٹھیلوں وغیرہ سے آپ کو بہت سی نادر اور دلچسپ و مفید کتب کم قیمت پر مل جائیں گی۔ اخبارات، رسائل اور کتابیں وغیرہ کرائے پر دے کر آپ اپنی آمدنی میں جائز اضافہ کر سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ اپنے پاس جمع شدہ آڈیو، وڈیو کیسٹ اور سی ڈیز بھی کرائے پر فراہم کر سکتے ہیں۔
☆ اگر آپ کے پاس کمپیوٹر موجود ہے جو کہ آج کل تقریباً ہر گھر میں ہی دیکھا جاتا ہے تو آپ مارکیٹ کا کام گھر پر لا کر معاوضہ وصول کر سکتے ہیں۔ جیسے کسی پبلشنگ ادارے سے کمپوزنگ وغیرہ کا کام حاصل کر سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ اگر آپ کے پاس پرنٹر اور اسکینر کی سہولت بھی موجود ہے تو آپ گھر پر ہی مختلف درخواستیں اور دیگر دستاویزات ٹائپ کر کے دے سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ چھوٹے موٹے کاغذی اشتہار (پمفلٹ) کی تیاری سے

لیے کاپی رائٹر کا کام بھی کر سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ اگر آپ اچھے طالب علم رہ چکے ہیں تو مختلف مضامین کے نوٹس بنا کر فروخت کریں۔
☆ اگر آپ باغبانی کے شوقین ہیں تو اپنے گھر میں خوبصورت اور خوشبودار پھولوں کے پودے لگائیے اور ان کے خوشنما گلدستے، ہار، گجرے اور کنگن وغیرہ بنا کر فروخت کیجیے۔ اس کے علاوہ ٹہنیوں، پتوں اور پھولوں کی مدد سے آرائشی ٹوکریاں اور بوتلیں بھی بنائی جاسکتی ہیں۔
☆ اگر آپ مہندی لگانے، ویکسنگ کرنے، پلکنگ و تھریڈنگ کے فن میں مہارت رکھتی ہیں تو بڑے پیمانے پر پارلر کھولنے کے بجائے اپنے ملنے جلنے والوں اور دوستوں کو بتائیے۔ آپ یہ سروس معقول قیمت پر مہیا کر سکتی ہیں۔
☆ اگر آپ اچھی آواز کے مالک ہیں تو دستاویزی، ڈاکومینٹری اور کارٹون فلموں کی ڈبنگ وغیرہ کے لیے اپنی آواز ٹیپ کر کے متعلقہ پروگرامز کے پروڈیوسرز کو بھیجیے۔ اس کے علاوہ آپ اپنی خوبصورت اور پرکشش شخصیت سے فائدہ اٹھا کر تھوڑی سی جدوجہد سے اداکاری، ماڈلنگ اور کمپیئرنگ کے شعبے میں بھی داخل ہو سکتے ہیں اور پرکشش معاوضہ حاصل کر سکتے ہیں۔
☆ اگر آپ کا گھر بہت خوبصورت ہے تو اسے مزید بنا سنوار کر اشتہاری کمپنیوں کی توجہ اس کی جانب مبذول کروائیے اور ان میں شوٹنگ کروانے کا معاوضہ وصول کیجیے۔
☆ اگر آپ کے گھر میں ایک بڑے سائز کا کمرہ یا چھوٹا سا ہال نما کمرہ موجود ہے تو آپ اس میں چند میز اور کرسیاں ڈال کر اسے تھوڑا سا ڈیکوریٹ کر کے لوگوں خصوصاً خواتین اور طالبات کو یہ موقع فراہم کریں کہ وہ اپنا کچھ وقت یہاں گزار کر تفریح اور ذہنی سکون حاصل کر سکیں۔ اس چھوٹے سے تفریحی مرکز کو مزید پرکشش بنانے کے لیے یہاں چائے، کافی اور چند ہلکے پھلکے اسنیکس کا اہتمام بھی کریں اور اس کی رونق میں اضافہ کرنے کے لیے مدھم سروں پر مشتمل موسیقی کا سلسلہ بھی شروع کریں۔
☆ بہت سی فیکٹریاں گھر پر بھی پیکنگ، سلائی اور دیگر کام دیتی ہیں۔ آپ اپنے فارغ وقت کو کام میں لائیے اور یہ کام گھر پر لا کر اپنی آمدنی میں اضافہ کیجیے۔ اس کام میں چھوٹے بچے اور دیگر اہل خانہ بھی آپ کے مددگار ثابت ہو سکتے ہیں۔
☆ اس کے علاوہ آپ کو کسی بھی فن جیسے پینٹنگ، سلائی کڑھائی، پکوان کی تیاری، ہیئر اسٹائلنگ، میک اپ، باغبانی، گھر کی آرائش، بلاک پرنٹنگ، کار ڈرائیونگ یا اگر آپ کو کسی خاص زبان پر عبور حاصل ہے تو آپ اس کی کلاسز اپنے گھر پر ہی شروع کر سکتے ہیں اور اس پیشے سے متعلق مفید مشوروں سے نواز سکتے ہیں۔ مندرجہ بالا جیسے اور کئی مشاغل و مصروفیات ہیں جنہیں اپنا کر آپ اپنی آمدنی میں معقول اور خاطر خواہ اضافہ کر سکتے ہیں۔ بجائے کہ آپ اپنا فارغ وقت ٹی وی کے سامنے چینلز بدلتے ہوئے یا فضول آوارہ گردی میں برباد کریں آپ اپنی صلاحیتوں سے فائدہ اٹھائیے اور وقت کا صحیح استعمال کرتے ہوئے اپنی آمدنی میں اضافہ کیجیے۔

[illegible]

زیادہ تیز بو والا۔ جسم کی بو کا انحصار عمر پر بھی ہوتا ہے کیونکہ بو والی رطوبت خارج کرنے والے بعض غدود بالغ ہونے کے بعد ہی فعال ہوتے ہیں۔ عمر بڑھنے کے ساتھ ان غدود کی کارکردگی کم ہوتی چلی جاتی ہے، اس لیے جسم کی بو نہ بچوں کے لیے کوئی مسئلہ ہے اور نہ بڑی عمر کے لوگوں کے لیے۔ جسمانی محنت کرنے والوں کو پسینہ زیادہ آتا ہے۔ بو کی ماہیت کا انحصار غذا کی نوعیت پر بھی ہوتا ہے۔

ہائے رے پسینہ!......اُف یہ گرمی دانے!

[illegible]

[illegible] جلد پر ایسے چھوٹے چھوٹے بلبلے [illegible] پسینہ جلد سے نیچے [illegible] جلد پر لاتعداد سرخ دانے نکل آتے ہیں۔ [illegible] ہوتی ہے۔ کبھی کبھار ایسا بھی ہوتا ہے کہ پسینہ جلد کے [illegible] میں رک جائے تو اس صورت میں بڑے سرخ دانے جلد پر [illegible] گرمی دانے بچوں میں بہت عام ہوا کرتے ہیں۔ اس کا سبب یہ ہوتا ہے کہ بچوں کے پسینے کے غدود چونکہ ابھی پوری طرح فعال نہیں ہوتے اس لیے جب زیادہ تپش ہو تو وہ جسم کو ٹھنڈا نہیں کر پاتے اس لیے گرمی دانے ہو جاتے ہیں۔

[illegible] کے ظاہری اسباب سخت گرمی کا ہونا یا بچے کو ایسے کمرے میں رکھنا ہے [illegible] گرمی ہو یا پھر وہ گرم موٹے کپڑوں میں لپٹا ہوا ہو۔

پسینے کے غدود جلد کے اندر پسینے کو خارج کیا کرتے ہیں جس کے سبب ہلکی سی سوزش ہو جاتی ہے جو عام طور پر کچھ دنوں کے بعد غائب بھی ہو جاتی ہے۔ وہ بچے جن کا رنگ صاف اور گورا ہوتا ہے انہیں گرمی دانے زیادہ ہوا کرتے ہیں۔ یہ دانے کبھی کبھار خود غائب بھی ہو جاتے ہیں۔ بالفرض اگر موسم کی [illegible]

[illegible]

[illegible] دیکھیں کہ بچہ جس کمرے میں ہے وہ بہت زیادہ گرم تو نہیں ہے اگر کمرہ بہت زیادہ گرم ہو رہا ہے تو پھر کھڑکیاں کھول دیں، پنکھا چلا دیں۔ لیکن یہ خیال [illegible]

[illegible]

[illegible] پانی کی کمی یا لو لگنے کا شکار ہو سکتا ہے۔ [illegible] کو بھی نکلتے ہیں لہٰذا گرمی دانوں سے بچاؤ اور نجات کے لیے مندرجہ ذیل تراکیب پر عمل کیا جا سکتا ہے۔

☆ جہاں تک ممکن ہو شدید گرمی سے بچیں۔ دھوپ میں براہ راست جانے [illegible] اور اگر جانا ہی پڑے تو دھوپ سے بچاؤ کا سامان مثلاً سن اسکرین (دھوپ کے نقصان دہ اثرات سے بچانے والے لوشن، [illegible] وغیرہ) اور چھتری کا اہتمام کریں۔

☆ جسم کے متاثرہ حصے کو گرم پانی سے دھوئیں۔ متاثرہ حصے کو کھردرے فلالین اور صابن یا جراثیم کش محلول سے صاف کریں۔

☆ خارش سے نجات کے لیے اینٹی سیپٹک دوا استعمال کریں ٹھنڈے ماحول میں خصوصاً ایئر کنڈیشنڈ کمرے میں قیام کریں یا ہوادار کھلے گھر میں رہیں جہاں ہوا کا براہ راست گزر ہو۔ دن میں دو مرتبہ بورک پاؤڈر، صندل کی لکڑی کا پاؤڈر [illegible] برابر مقدار میں لے کر اپنے جسم پر چھڑکیں۔

ملتانی مٹی کو پانی میں ملا کر اس کا پتلا سا پیسٹ بنا لیں اور جسم کے متاثرہ حصوں پر لگائیں، جب یہ مٹی سوکھ جائے تو ٹھنڈے پانی سے غسل کر لیں۔

☆ غسل سے قبل جسم کے متاثرہ حصوں پر دہی لگائیں، اس طرح گرمی دانے ختم ہو کر آرام ملتا ہے۔ زیادہ مقدار میں ٹھنڈا پانی اور ٹھنڈے مشروبات پئیں۔

☆ اگر چہرے پر بار بار دانے نکل رہے ہوں تو نیم کے درخت کی چھال پیس کر پانی میں ملا لیں اور چہرے پر لگائیں یا نیم کے پتوں کو پانی میں ابال لیں پھر گرم پانی سے چہرہ دھوئیں۔

☆ صندل کی لکڑی کے پاؤڈر میں کٹی ہوئی پیاز ملا کر چہرے پر لگائیں تو چند ہفتوں میں چہرہ صاف اور چکنا ہو جائے گا۔

☆ گرمی دانوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے پریکلی ہیٹ پاؤڈر بہت کارآمد ہے اس میں ٹھنڈک لانے والے اجزا بھی شامل کیے جاتے ہیں اس کے استعمال سے جسم کو راحت ملتی ہے۔

پسینے کی بو کا کنٹرول

جسم سے خارج ہونے والی پسینے کی بو کسی بیماری یا بدن کے کسی عضو کے کام نہ کرنے کے باعث نہیں پیدا ہوتی، بلکہ یہ بو ایک قدرتی عمل ہے۔

عام طور سے عورتوں کے مقابلے میں مردوں کو پسینہ زیادہ آتا ہے اور وہ بھی

[illegible]

لیے اسے اس کا احساس نہیں ہوتا۔ جسم کے مختلف اعضاء مختلف قسم کے غدودوں پر مشتمل ہیں، لہٰذا خارج ہونے والی رطوبت کی ماہیت بھی مختلف ہوتی ہے اور وہ مختلف قسم کی بو خارج کرتی ہے۔

جسم کی بو کو کنٹرول کریں

ایسے بہت سے طریقے ہیں جن کی مدد سے بدن کی بو کو کنٹرول کیا جا سکتا ہے یا اسے چھپایا جا سکتا ہے۔

☆ سب سے زیادہ بنیادی طریقہ صاف ستھرا رہنا ہے جس سے بدبو کی پیدائش کو کنٹرول کیا جا سکتا ہے اور دن میں دو مرتبہ غسل کر کے جسمانی صفائی برقرار رکھی جا سکتی ہے۔ تاہم صرف غسل کر لینا ہی کافی نہیں۔

☆ بدن کی بو کو کنٹرول کرنے کے لیے بہت سی مصنوعات مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ سب سے زیادہ بنیادی مصنوعات پرفیومز ہیں جو بغل یا بدن کی بدبو کو اپنی خوشبو کے اندر چھپا لیتے ہیں لیکن کئی مرتبہ پرفیومز کافی نہیں ہوتے کیونکہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ بدبو کی تیزی میں اضافہ ہوتا ہے جبکہ پرفیومز کی خوشبو مدھم پڑ جاتی ہے۔

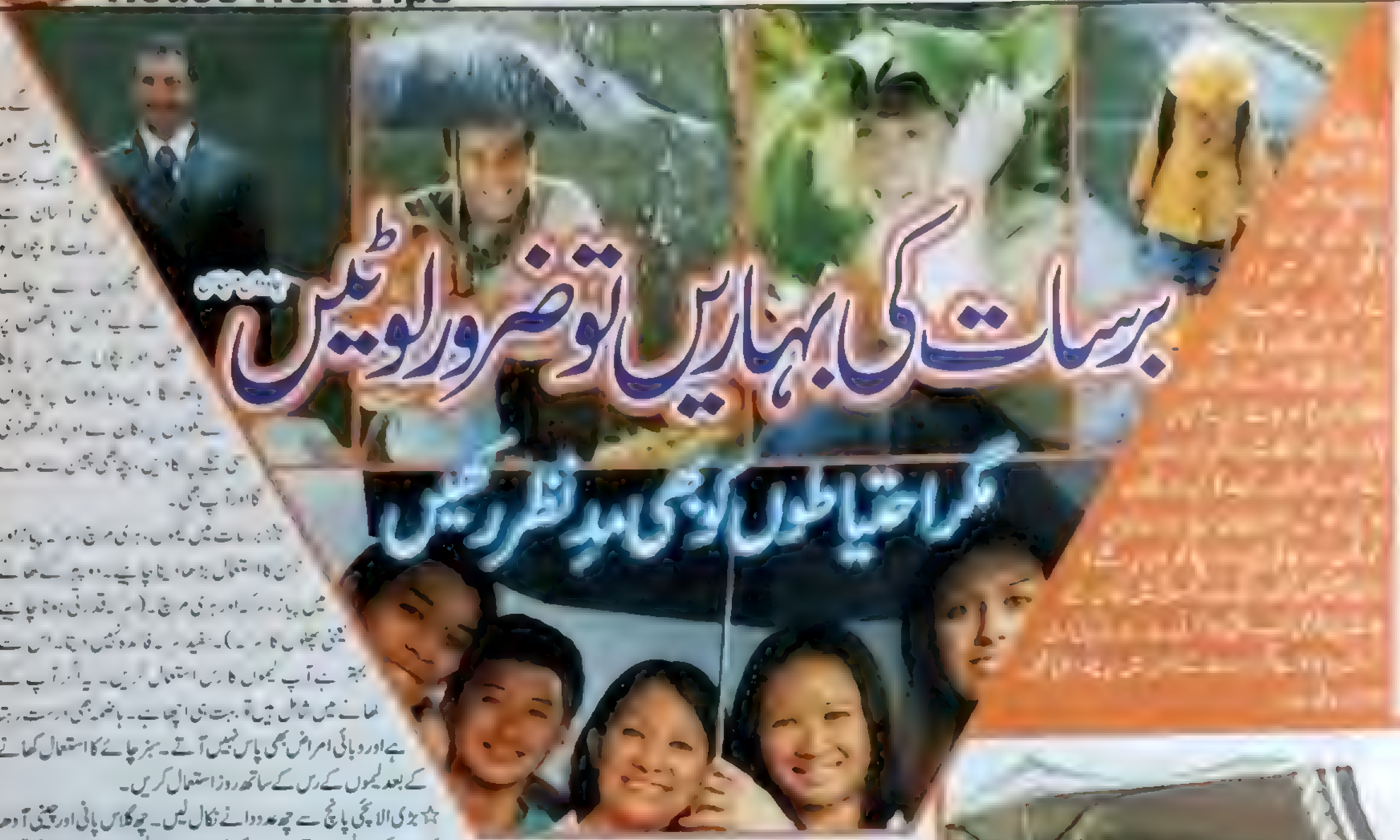
☆ بدبو کو کنٹرول کرنے والی دوسری مصنوعات ڈیوڈرنٹ ہے۔ یہ سب سے زیادہ موثر ہے کیونکہ یہ بغل سے خارج ہونے والی رطوبت کو کنٹرول کرتا ہے۔ تاہم بغل سے نکلنے والی ساری رطوبت کو مکمل طور پر ختم کرنا یا روک دینا بھی غیر صحت مند طریقہ ہے کیونکہ بغل سے نکلنے والے پسینے کی کمی دوسرے اعضاء سے خارج ہونے والے پسینے میں اضافہ کا باعث بن جاتا ہے۔ اچھے قسم کے ڈیوڈرنٹ کا استعمال گرمیوں میں آپ کو فریش رکھتا ہے۔

☆ پاؤڈر کا استعمال بھی بہترین ثابت ہوتا ہے۔ اچھے اور معیاری قسم کے باڈی اسپرے جو کہ طرح طرح کی اقسام میں مارکیٹ میں دستیاب ہیں اور جو قیمت کے اعتبار سے بھی مناسب ہیں گرمیوں میں ان کا استعمال نہ صرف ماحول کے لیے بلکہ خود آپ کے لیے بھی بہت ضروری ہے۔ یہ اسپرے آپ کو تازہ دم رکھتے ہیں اور گرمی کی شدت سے بچاتے ہیں۔ پسینے کی ناگوار بو سے بچنے کے لیے باڈی اسپرے کا استعمال بہترین ثابت ہوتا ہے کیونکہ انسان پسینے کی ناگوار بو سے اس قدر پریشان ہو جاتا ہے کہ کئی مواقع پر اسے شرمندگی کا احساس بھی ہوتا ہے اس لیے ضروری ہے کہ آپ گرمیوں میں اچھی اور معیاری کمپنیوں کے ڈیوڈرنٹ اور اسپرے ضرور استعمال کریں۔

☆☆☆

with Aloevera
& Vitamin E
new
بیوٹی گرل® ماسک
مکمل مِنی فیشل اَب آپ خُود بھی کر سکتی ہیں
Beauty Girl
Western Touch Cosmetics Int.

KalaKola®
HAIR TONIC
LA-1
موائسچرائزرز کے ساتھ
بالوں میں ضروری نمی فراہم کرتا ہے
جس سے خشکی بالکل نہیں ہوتی
بالوں میں چمک،
خوبصورتی، نئی زندگی
اب پہلے سے
زیادہ موثر
DARKENS
GREY
HAIR
NEW POLYPACK
KalaKola
KALAKOLA
AGE ESTIMATED YEARS YOUNGER



برسات کی بہاریں تو ضرور لوٹیں

مگر احتیاطوں کو بھی مدِ نظر رکھیں

ہے اور وبائی امراض بھی پاس نہیں آتے۔ سبز چائے کا استعمال کھانے کے بعد لیموں کے رس کے ساتھ روزانہ استعمال کریں۔

☆ بڑی الائچی پانچ سے چھ عدد دانے نکال لیں۔ چھ گلاس پانی اور چینی آدھا کپ ملا کر پکالیں۔ بوتل میں بھر کر فرج میں رکھ لیں۔ دن بھر بچوں کو تھوڑا تھوڑا پلاتی رہیں۔ مزے کا ہوتا ہے اور برسات میں پیٹ کے امراض سے بچاتا ہے۔

☆ سونف، پودینے اور چھوٹی الائچی کا پانی بھی پکا کر فرج میں رکھیں خود بھی پئیں بچوں کو بھی پلائیں۔ یہ روزمرہ کی تراکیب ہیں جو برسات کے دنوں میں اگر استعمال کرلی جائیں تو صحت کے حوالے سے خاصے مسائل سے بچا جاسکتا ہے۔

کیونکہ ہر موسم ہمارا ہے۔ ہر موسم کو انجوائے ضرور کرنا چاہیے۔ ہر موسم کو انجوائے کریں۔ اسکو اسکے مزاج کے مطابق خوش آمدید کہیں۔

برسات میں بارش کا مزہ لیں اور اس کے پکوانوں کا بھی مزہ لیں۔

ساتھ ہی ساتھ اپنی اور اپنے پیاروں کی صحت کے لیے ان چھوٹی چھوٹی باتوں کا خیال ضرور رکھیں۔

☆ پانی کو نہایت توجہ سے ابال کر صاف ستھرے برتنوں میں رکھا جائے اور پانی پینے کے برتن بھی اچھی طرح دھلے ہوں اور پانی پینے کے گلاس ہی کیا سارے برتن تیز گرم پانی سے دھو کر رکھے جائیں اور رات دن ان کو صاف کپڑے سے ڈھانپ کر رکھا جائے تاکہ مکھی اور دوسرے کیڑے مکوڑے نہ بیٹھ سکیں۔

☆ بارش میں نہائے بغیر تو برسات کا مزا ادھورا ہے۔ جناب یہ شوق ضرور پورا کریں۔ مگر بچوں کے ساتھ بچہ نہ بن جائیں۔ انجوائے کریں مگر بارش میں نہانے کے بعد فوراً نیم گرم پانی سے جس میں ڈیٹول ملا ہو، نہالیں اور ہوا سے بچیں تاکہ نزلہ اور زکام سے محفوظ رہیں۔ اسکے بعد گرم گرم چائے جو ادرک کا ٹکڑا ڈال کر بنائی گئی ہو چسکیاں لے لے کر پئیں۔ برسات کے پانی میں نہانے کا لطف دوبالا ہو جائے گا۔ بارش میں نہانے کے بعد صاف پانی سے نہالیں اور اسکے بعد چائے بھی پی لیں تو ایک چیز کا خیال کریں اے سی میں نہ بیٹھیں نہ ہی پنکھے کی ہوا میں۔ جب آپ کو پسینہ آجائے تو پھر آپ ہلکی ہوا میں بیٹھ سکتے ہیں مگر اے سی میں بیٹھنے سے گریز کریں۔

☆ برسات میں مکھی اور مچھر بہت تنگ کرتے ہیں۔ بلکہ شام ہوتے ہی پروں والے کیڑے بھی بے شمار پیدا ہو جاتے ہیں۔ شادی بیاہ کی تقریبات میں تو کھلی جگہ پر عموماً کھانا سرو ہوتا ہے تو یہ بن بلائے مہمان ایک عذاب کی صورت نازل ہو جاتے ہیں۔ کھانا بھی متاثر ہوتا ہے اور کھانے والے بھی۔ اس کوفت سے بچنے کا طریقہ یہ ہے کہ کھانا خوب تیز گرم سرو کیا جائے اور کھانے کی ٹیبلز کو اوپر سے ڈھانپ دیا جائے، اس طرح کافی حد تک ان پروانوں سے بچت ہو جاتی ہے۔ شادی ہال والوں کو اس بات کا پابند کیا جانا چاہیے کہ تقریب سے پہلے صفائی کا خاص خیال رکھا جائے اور مچھر بھگانے والے کوائل کونوں اور میزوں کے نیچے جلا دیے جائیں تاکہ مہمانوں کو تکلیف نہ ہو۔

☆ گھر میں بھی برسات بہت مسائل لے کر آتی ہے۔ یہاں بھی مچھر مکھی کی پیداوار بڑھ جاتی ہے۔ برسات سے پہلے گھر کے گٹر وغیرہ صاف کروائیں [illegible] کا اسپرے کروائیں۔ لان اور پودوں کو مچھروں سے بچاؤ کا اسپرے کریں۔ آجکل بازار میں بہت سے آئل (لوشن) ملتے ہیں جو آپ کو مچھروں سے بچاتے ہیں۔ ورنہ آسان ترکیب یہ ہے، ونیلا ایسنس جو کیک وغیرہ میں ڈالا جاتا ہے تھوڑا سا ہاتھ میں لیں، اس میں چند قطرے پانی کے ملائیں اور [illegible] جسم کے کھلے حصوں پر لگا دیں۔ مچھر قریب نہیں آئیں

بچا کچا کھانا بیکار نہیں

بیف کباب

اجزاء

گائے کے گوشت کا قیمہ : ½ کلو (بچا ہوا)
ثابت دھنیا : 2 چائے کے چمچ
ثابت زیرہ : 2 چائے کے چمچ
لونگ : 3 عدد
سبز الائچی : 3 عدد
سیاہ مرچ : 6 عدد
ادرک : ½1 انچ کا ٹکڑا
لہسن : 2 جوے
پودینہ : 2 کھانے کے چمچ (باریک کٹا ہوا)
پیاز : 1 عدد (چھوٹے سائز کا، باریک کٹا ہوا)
نمک : حسب ذائقہ
لیموں : باریک کٹے ہوئے چند ٹکڑے

رائتے کے لیے

دہی : 2/3 کپ
پودینہ : 2 کھانے کے چمچ
کھیرا : 3 انچ کا 1 ٹکڑا

(مندرجہ بالا تمام اجزاء حسب ذائقہ نمک اور کالی مرچ کے ساتھ ملا کر بلینڈر میں پیس لیں رائتہ تیار ہے۔)

ترکیب

ایک توے پر دھنیا، زیرہ، لونگ، الائچی کے دانے اور سیاہ مرچ کو اچھی طرح بھون لیں یہاں تک کہ وہ گہرا براؤن رنگ اختیار کر لیں اور خوشبو دینے لگیں۔ اب تمام بھنے ہوئے مصالحوں کو بلینڈر میں پیس لیں۔ پھر ادرک اور لہسن کو علیحدہ سے بلینڈر میں ڈال کر پیس لیں۔ اب بھون کر پسے ہوئے مصالحے میں پودینہ، پیاز، نمک اور قیمہ ملا کر باریک پیس لیں۔ اب علیحدہ سے پیس کر رکھے ہوئے لہسن، ادرک میں پسے ہوئے قیمے اور بھنے ہوئے مسالے کے آمیزے کو اچھی طرح مکس کر لیں۔ جب یہ تمام اجزاء آپس میں اچھی طرح مکس ہو جائیں تو ان کے بیضوی شکل کے کباب بنا لیں اور سیخوں میں پرو کر آگ پر سینک لیں۔
جب تیار ہو جائیں تو رائتہ اور لیموں کے ٹکڑوں کے ساتھ پیش کریں۔

☆☆☆

میٹ بالز

اجزاء:

گائے کے گوشت کا قیمہ : [illegible] کلو (بچا ہوا)
پیاز : 1 بڑا سائز (باریک کاٹ کر براؤن کر لیں)
ادرک کا پیسٹ : 1 چائے کا چمچ
لہسن کا پیسٹ : 1 چائے کا چمچ
چاٹ مصالحہ : ½ چائے کا چمچ
نمک : حسب ضرورت
لال مرچ پاؤڈر : حسب ضرورت
گرم مصالحہ : 1 چائے کا چمچ
پیاز : 1 (بڑا سائز) (بلینڈر میں پسی ہوئی)
ڈبل روٹی : 2 سلائس (پانی میں بھگو دیں)
دھنیا، پودینہ، ہری مرچیں : تقریباً 4 کھانے کے چمچ (باریک پسی ہوئی)
لیموں کا رس : 4 کھانے کے چمچ
تیل : حسب ضرورت

ترکیب:

قیمے میں تمام اجزاء اچھی طرح مکس کر لیں اس آمیزے کے کوفتے کی طرح کی بالز بنا لیں پھر ایک فرائی پین میں تیل گرم کر کے ان بالز کو سنہرہ کر لیں۔ لیجیے مزیدار Meat Balls تیار ہیں، چٹنی کے ساتھ پیش کریں۔

☆☆☆

ویجی دال پلاؤ

اجزاء:

باسمتی چاول : 1 کپ
مسور کی دال : 1/3 کپ (بچی ہوئی)
کڑی پتہ : حسب ضرورت
سبز الائچی : 6 عدد
ہلدی : 1 چائے کا چمچ
لونگ : 6 عدد
ثابت زیرہ : 1 چائے کا چمچ
دار چینی : 1 عدد
پیاز : 1 عدد (باریک کاٹ لیں)
گوبھی : 1 عدد (چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں)
گاجر : 1 عدد (بڑا سائز بڑے ٹکڑوں میں کاٹ لیں)
مٹر : 1 پیالی
کشمش : 10 عدد
سبزیوں کی یخنی : ½-2 کپ
نمک : حسب ذائقہ
مرچ : حسب ضرورت
براؤن کی ہوئی پیاز : 1 کپ (بڑا سائز)
تیل : حسب ضرورت

ترکیب:

ایک بڑی دیگچی میں چاول، مسور کی دال، باریک کٹی ہوئی پیاز، گوبھی، گاجر اور مٹر کو کشمش سمیت اس دیگچی میں ڈال دیں۔ ساتھ میں حسب ضرورت نمک اور لال مرچ بھی ڈال کر بھون لیں۔ اب اس دیگچی میں سبزیوں کی یخنی یا پانی ڈال کر 15 منٹ پکائیں، جب چاول اور سبزیاں نرم ہو جائیں تو دار چینی، کڑی پتہ، لونگ اور الائچی کو ہلکا سنہرا تل کر پلاؤ میں شامل کر دیں اور پھر براؤن کی ہوئی پیاز ملا کر آہستگی سے تمام اجزاء کو آپس میں مکس کریں اور 5 منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔ لذیذ پلاؤ تیار ہے۔

☆☆☆

Scale ـــ اسکیل

قارئین آپ کی آسانی کے لیے ہم ناپ کا اسکیل دے رہے ہیں تاکہ آپ گرام کو کپ کے مطابق سمجھ سکیں۔ اسے ذہن نشین کر لیں کہ آج کے دور میں گرام ہی پیمائش کے طور پر استعمال ہو رہا ہے۔

1 کلو	1000 گرام =	4 پاؤ
½ کلو	500 گرام =	2 پاؤ
¼ کلو	250 گرام =	1 پاؤ

☆ 5 کھانے کے چمچ =	50 گرام
☆ 4 کھانے کے چمچ =	40 گرام
☆ 3 کھانے کے چمچ =	30 گرام
☆ 2 کھانے کے چمچ =	20 گرام
☆ 1 کھانے کا چمچ =	10 گرام
☆ 1 چٹکی =	0.5 گرام

☆ =100ml	1 کپ
☆ =80ml	¾ کپ
☆ =50ml	½ کپ
☆ =25ml	¼ کپ

☆ دھنیا (Chopped): 1 کپ =	60 گرام
☆ پودینہ (Chopped): 1 کپ =	60 گرام
☆ ٹماٹر (Chopped): 1 کپ =	225 گرام
☆ تمام دالیں: 1 کپ =	200 گرام
☆ چاول 1 کپ =	200 گرام
☆ آٹا 1 کپ =	120 گرام
☆ کارن فلور 1 کپ =	80 گرام
☆ کریم 1 کپ =	110 گرام
☆ دودھ 1 کپ =	240 ملی لیٹر
☆ دودھ 4 گلاس =	1000 ملی لیٹر
☆ پانی 4 گلاس =	1000 ملی لیٹر
☆ دہی 1 کپ =	225 ملی لیٹر
☆ گھی / تیل 1 کپ =	240 ملی لیٹر
☆ شکر 1 کپ =	200 گرام

رشتوں کی مہک وادیوں سے گھر تک
کسان
ویجیٹبل گھی
Kisan
Website www.kisan.com.pk
E mail info@kisan.com.pk
کسان اتنا خالص ۔ جتنا پیار

گھر کی آرائش...... نئے ڈھنگ سے کیجیے

سعدیہ صدیقی

گھر چھوٹا ہو یا بڑا، ہر انسان کی امیدوں، آرزوؤں اور امنگوں کا مرکز ہوتا ہے۔ ویسے تو خواتین اپنے گھر کو صاف ستھرا رکھنے اور سجانے میں بہت وقت اور محنت صرف کرتی ہیں۔ سجاوٹ کا خاص اہتمام کیا جاتا ہے۔ دیواروں [illegible] جاتا ہے۔ صوفہ کشن وغیرہ کے کور تبدیل کیے جاتے ہیں۔ نئے پردے لگائے جاتے ہیں۔ طرح طرح کی آرائشی مصنوعات خریدی جاتی ہیں۔ غرض یہ کہ گھر کے کونے کونے کو سنوارنے کے لیے ہزار جتن کیے جاتے ہیں۔ لیکن آج ہم آپ کو چند ایسے مفید مشورے دیں گے جس سے آپ اپنے بجٹ میں رہتے ہوئے اپنے گھر کو اور زیادہ خوبصورتی سے سجا سکیں گے اور آپ کا گھر جدید دور کے تقاضوں سے ہم آہنگ بھی رہے گا۔

آرائش کے سلسلے میں سب سے پہلا سوال یہی اٹھتا ہے کہ پرانی اور روایتی الماریوں کی جگہ کس قسم کے فرنیچر کو دی جائے۔ بیڈروم پر ایک ہی نظر ڈال کر گھریلو فرنیچر کے لیے فیشن کی نئی ریج کا اندازہ کیا جا سکتا ہے۔ قرب و جوار کے علاقے میں آپ کو ہر قسم کا جدید اور روایتی فرنیچر دستیاب ہو جائے گا [illegible]۔

رنگ و روغن

گھر کی سجاوٹ میں رنگ ایک اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ وائٹ اور کریم کلر ہر گھر کے در و دیوار پر نظر آتے ہیں۔ کیونکہ عام طور پر خیال کیا جاتا ہے کہ یہ رنگ گھر میں روشنی اور کشادگی کا تاثر پیدا کرتے ہیں۔ یہ صحیح ہے کہ ہلکے رنگ ماحول کو اجاگر کر دیتے ہیں۔ لیکن ان کی تعداد اتنی محدود نہیں ہے۔ ہلکا آسمانی، ہلکا بھورا، پیلا (لیمن کلر) اور سمندری جیسے رنگوں کے استعمال سے ایک نیا منفرد روپ سامنے آتا ہے۔ دروازوں پر گہرے رنگوں کے استعمال سے ایک تو یہ جلدی میلے نہیں ہوتے اور دوسرے یہ ہلکے اور گہرے رنگوں کا امتزاج بہت حسین معلوم ہوتا ہے۔ یہ ضروری نہیں کہ آپ پورے گھر میں ایک ہی رنگ استعمال کریں۔ ہر کمرے کے لیے علیحدہ رنگوں کا انتخاب زیادہ موزوں رہتا ہے۔ اس سے آپ کے موڈ پر بھی خوشگوار اثر پڑتا ہے۔ عموماً گھروں میں آج کل دیواروں کو نچلی جانب سے آئل پینٹ کیا جاتا ہے جو کہ انسانی صحت کے لیے مضر ہے۔ پانی سے رنگ خراب نہ ہو۔ اس مقصد کے لیے دیواروں کے صرف چوتھائی حصے کو پینٹ کروانا کافی ہے۔ جبکہ باقی دیواروں پر ڈسٹمپر کا ہی استعمال کرنا چاہیے۔ رنگوں کے علاوہ وال پیپر کے استعمال سے بھی خوبصورتی لائی جا سکتی ہے۔

ہوا اور روشنی کی آمد و رفت

بڑے بڑے بنگلے ہوں یا چھوٹے سائز کے فلیٹ آج کل کھڑکیوں کو بند کر کے موٹے دبیز پردے ڈالنا فیشن بن گیا ہے۔ جو کہ سراسر غلط ہے۔ تازہ ہوا گھر میں داخل ہو تو مکان اور اس میں رہنے والوں دونوں کو تازگی فراہم کرتی ہے۔ بند کمروں میں بدبو اور جراثیم پیدا کر لیتے ہیں۔ محض گرد و غبار اور مچھر مکھیوں سے بچاؤ کی خاطر کھڑکیوں اور دریچوں کو مستقل بند رکھنا نادانی ہے۔ کھڑکیوں پر باریک جالی لگانے سے ہوا اور روشنی بھی آتی رہتی ہے اور گرد مٹی وغیرہ سے بھی تحفظ حاصل رہتا ہے۔ دھوپ کی آمد سے جراثیم کا خاتمہ ہوتا ہے تازہ ہوا اور خصوصاً دھوپ نعمت خداوندی ہیں جس سے اکثر گھرانے محروم ہیں۔ آپ اس عطیہ سے فائدہ اٹھائیں۔ کیونکہ مصنوعی روشنی اور ایئر فریشنر وغیرہ تازہ معطر ہوا اور سورج کی قدرتی کرنوں کا ہرگز مقابلہ نہیں کر سکتے۔

آئینوں کا استعمال

آئینوں کے استعمال سے زیادہ جگہ (SPACE) کا تاثر پیدا کیا جا سکتا ہے۔ اس مقصد کے لیے "مرر ٹائلز" کا انتخاب بھی کیا جا سکتا ہے کیونکہ یہ کم قیمت اور دیرپا ہوتے ہیں۔ آئینے کی مقابل والی دیوار پر کوئی خوبصورت اور بڑے سائز کا شوپیس آویزاں کرنے سے اس کا عکس آئینے میں بڑا دلفریب ہو گا لیکن خیال رکھیے کہ آئینوں کا حد سے زیادہ استعمال کرنے سے آپ کا گھر عجائب خانہ لگنے لگے گا۔

دیواری آرٹ کے نمونے

دیواری آرٹ کے سلسلے میں ہی پینٹنگ جاتی ہیں۔ ان کی قیمت سائز کے

اعتبار [illegible] سے [illegible] مختلف ہوتی ہے۔ ساتھ ہی ان کے فریم بھی مہنگے اور سستے ہوتے ہیں۔ ان میں سے صرف ایک بہترین پینٹنگ آپ کے پورے کمرے کا لک تبدیل کر دے گی۔

کرسٹل کے پیس دو مختلف ورائٹیوں میں آتے ہیں۔ کرسٹل پیس جیولری، چھپ سیٹ، چھوٹے جانوروں کے فیوز مثلاً پینتھر یا ہنس وغیرہ کی شکل میں ملتے ہیں۔ مگر ان کی قیمتیں خاصی زیادہ ہیں اس لیے آپ اپنی جیب دیکھ کر ان کا انتخاب کریں۔ لہٰذا اب اگر آپ اپنے گھر کے لیے سجاوٹ کے آئٹم کی شاپنگ کرنے نکلیں تو صرف ایک قیمتی پیس کے متعلق سوچیں جس پر آپ کے ملنے والوں کی نظر آ کر ٹھہر جائے بجائے اس کے کہ آپ بہت سارے غیر ضروری اور سستے آئٹم خرید لائیں۔

پردے

گھر کی آرائش میں پردوں کا انتخاب بھی نہایت اہمیت کا حامل ہے۔ سائن، جرسی، یا سافٹ کاٹن کے پردے استعمال کے لیے سب سے زیادہ موزوں ہوتے ہیں جبکہ مخملی پردوں کو بہت زیادہ دیکھ بھال کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ کے کمرے کی کھڑکی سے باہر کا منظر دیکھنے کے لائق ہے تو بلاضرورت ہر وقت کھڑکیوں کو پردوں سے ڈھانکنے سے اجتناب برتیں۔ کھڑکیوں کے شیشوں پر وائٹ پینٹ کرانے سے خوبصورتی آتی ہے اور باہر والے گھر کا اندرونی منظر نہیں دیکھ پاتے جبکہ گھر والے باہر سے آنے والی روشنی سے مکمل استفادہ حاصل کر سکتے ہیں۔ اس مقصد کے لیے جالی کے پردے بھی استعمال کیے جا سکتے ہیں۔ پردوں کے علاوہ آج کل چقوں کا استعمال ایک بار پھر فیشن میں ہے۔ بازار میں مختلف اقسام و سائز کی خوبصورت چقیں دستیاب ہیں جو بطور پردہ بھی کام آتی ہیں اور ساتھ ہی ساتھ گھر کی خوبصورتی میں اضافے کا باعث بھی بنتی ہیں۔

گھر آرائشی اشیاء کا استعمال

[illegible]

[illegible]

قرشی
کھانا ختم، فوری ہضم
گیسٹوفل
اکسیر تبخیر
AKBEER TABKHIR
بدہضمی، گیس اور تیزابیت سے فوری آرام
قرشی گیسٹوفِل ٹیبلٹس جہاں چاہیں با آسانی ساتھ لے جائیں

دھنک رنگ باورچی خانہ

حمد باری تعالیٰ

[illegible]

... [illegible] مجھے میں جمیل اللہ اللہ

... [illegible] میں کتنا بھول گیا، عاصی ہوں میں کتنا بھول گیا

کلام: جمیل الدین عالی

ارسال کردہ: نگہت جہاں، کراچی

☆☆☆

نعت

[illegible]

تیرے ... [illegible] جاں کیا ہے اگر ہوں کروڑوں

تیرے ... [illegible] سب تو وارا کروں میں

... [illegible] و ایمان فرشتے جو پوچھیں

تمہاری ہی جانب اشارہ کروں میں

خدا ... [illegible] سے لائے وہ دن بھی نوری

مدینے کی کلیاں نہارا کروں میں

ارسال کردہ مظہر حسین چشتی، خانیوال

☆☆☆

فرمان الٰہی

☆ لوگوں نے خدا تعالیٰ کی جیسی قدر جاننی چاہیے تھی جانی ہی نہیں۔ بیشک اللہ تو بڑا زبردست، سب پر غالب ہے۔

☆ اے پیغمبر ﷺ، لوگوں سے کہہ دو کہ میرا پروردگار جس کی روزی چاہتا ہے فراخ کر دیتا ہے اور جس کی چاہتا ہے تنگ۔ مگر اکثر لوگ تقسیم رزق کی مصلحتوں سے واقف نہیں۔

☆ جو شخص خدا کے لیے محنت اٹھاتا ہے وہ اپنے ہی بھلے کے لیے اٹھاتا ہے۔ ورنہ خدا تو دنیا جہان کے سب لوگوں سے بے نیاز ہے۔

☆ [illegible] ہے۔

☆ مسلمانو! ہم نے جو مال تم کو دے رکھا ہے، اس میں سے راہ خدا تعالیٰ میں بھی کچھ خرچ کرتے رہا کرو۔ مگر اس دن سے پہلے کہ تم میں سے کسی کی موت آ موجود ہو اور اس وقت کہنے لگو کہ کاش میرا پروردگار مجھ کو تھوڑی سی مہلت اور دیتا اور میں خیرات کرتا اور دوسرے نیک بندوں میں سے ایک نیک بندہ میں بھی ہوتا۔

☆ جب تمہیں سلام کے ذریعے سے دعا دی جائے تو تم اس کے جواب میں بہتر دعا دو، یا وہی کلمہ جواب میں کہہ دو۔ بے شک اللہ تعالیٰ ہر چیز کا حساب کرنے والا ہے۔

☆ جو شخص راہ ہدایت پر چلے گا اس کے لیے نہ دنیا میں کوئی ڈر ہے اور نہ ہی وہ آخرت میں غمگین ہوگا۔

☆ لوگو اپنی بہت پاکیزگی نہ جتایا کرو۔ پرہیزگاروں کو وہی خوب جانتا ہے۔

☆ ایمان لانے کے بعد بدتہذیبی بُری ہے اور جو ان حرکات سے باز نہ آئیں تو وہی خدا تعالیٰ کے نزدیک ظالم ہیں۔ دنیا کی زندگی تو نرا کھیل اور تماشا ہے۔ اور اگر خدا تعالیٰ پر ایمان رکھو گے اور پرہیزگاری کرتے رہو گے تو وہ تم کو تمہارا اجر عنایت کرے گا، اور اپنے لیے تمہارے مال سے کچھ طلب نہ کرے گا۔

اور اگر مشرکوں میں سے کوئی پناہ مانگے تو ان کو پناہ دے دے۔ یہاں تک کہ وہ اللہ کا کلام سن لے اور پھر اس کو امن کی جگہ پہنچا دے۔ یہ اس لیے وہ بے علم قوم ہے۔

☆ وہ لوگ جنہوں نے تفرقہ کیا اور فرقے فرقے ہو گئے۔ تجھے ان کے بارے میں کوئی اختیار نہیں۔ ان کا معاملہ خدا کے حضور پیش ہے اور ان کو ان کے افعال سے خبر دے گا۔

کبھی انسان کو من کی مراد بھی ملی ہے؟ سو آخرت اور دنیا سب کچھ اللہ ہی کے اختیار میں ہے۔

☆ کیا اس وجہ سے تم لوگ حدِ عبودیت سے باہر ہو گئے ہو کہ ہم تمہاری اصلاح سے بے تعلق ہو کر نصیحت کرنا چھوڑ دیں گے۔

☆ کیا نیکی کا بدلہ نیکی کے سوا کچھ اور بھی ہو سکتا ہے؟

☆☆☆

ارشادات نبوی ﷺ

☆ اس نے تم کو برگزیدہ بنایا اور تمہارا نام مسلمان رکھا۔

☆ حضرت انسؓ بیان کرتے ہیں کہ رحمت عالم ﷺ نے فرمایا کیا میں تمہیں وہ عمل نہ بتا دوں جس کا ثواب نماز روزہ اور صدقہ کے ثواب سے زیادہ ہے۔ صحابہ کرامؓ نے عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ ضرور بتایئے۔ اس پر آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا۔ وہ عمل دو مسلمانوں کے درمیان صلح کرانا ہے اور جو شخص دو مسلمانوں کے درمیان فتنہ و فساد کی آگ بھڑکائے گا وہ اپنے دین کو تباہ و برباد کر ڈالے گا۔

☆ خدا اس ستر سالہ بڈھے کو پسند نہیں کرتا جو اپنی رفتار اور صورت میں بیس سالہ جوان کا انداز رکھے۔

☆ کار دنیا سے واقف اور کار دین سے ناآشنا انسان سے اللہ نفرت کرتا ہے۔

☆ جو اسلام لایا اور اسے گزارے کے مطابق روزی میسر آ گئی اور اللہ تعالیٰ نے اسے اپنی دی ہوئی روزی سے قناعت کی توفیق بخشی تو فلاح و کامرانی سے ہمکنار ہوا۔

☆ اللہ کا ذکر بہت کیا کرو اور آنے والے دن کے لیے اعمال کا ذخیرہ کر لو۔

☆ جس نے اپنے آپ کو خدا کے دامن سے وابستہ کر لیا اور اپنا معاملہ صاف رکھا تو اللہ ہر معاملے میں اس کی دستگیری کرے گا۔

☆ خدا جو چاہے فیصلہ کرے لوگ اس کے خلاف نہیں کر سکتے۔

☆ اللہ کے نزدیک تمام مخلوق میں سب سے زیادہ محبوب وہ نوجوان ہے جو حسین و جمیل ہو مگر اپنے حسن و شباب کو اللہ اور اس کی اطاعت میں جذب کر رہا ہو یہی وہ ہے جس پر اللہ تعالیٰ فرشتوں کے سامنے فخر و مباہات کرتا ہے۔

☆ یاد رکھو تین شخص جنت میں داخل ہوں گے (1) وہ حاکم جو عادل بھی اور نرم مزاج ہو (2) وہ شخص جو رشتہ داروں کے ساتھ مہربانی اور شفقت سے پیش آتا ہو (3) وہ مسلمان جو پاک دامن ہو۔

☆☆☆

[illegible]

(1) ڈھونڈا ہم نے دولت مندی کو مال میں مگر پایا [illegible] میں (2) ڈھونڈا ہم نے راحت و آسائش کو مال میں مگر پایا اس کو قلت مال میں (3) ڈھونڈا ہم نے لذت کو نعمتوں میں مگر پایا اس کو تندرستی میں (4) ڈھونڈا ہم نے رزق کو زمین میں مگر پایا اس کو آسمانوں میں۔ ([illegible])

☆ دنیا آٹھ چیزوں سے قائم ہے (1) خدائے رحیم سے (2) رسول کی رسالت سے (3) علما کی عقل و حکمت سے (4) عابدوں کی عبادت سے (5) عالموں کی پند و نصائح سے (6) بادشاہوں کی سیاست و عدالت سے (7) بہادروں کی شجاعت و شہادت سے (8) کریموں کی سخاوت سے۔

☆ حُسن بہترین نعمت خداداد ہے۔ یک طلعت زیبا بہ از صد ارغنون دیبا۔

☆ جلدی کرنا چھ کاموں میں سنت رسول اللہ ہے۔ ان کے علاوہ سب کاموں میں جلدی شیطان سے ہے۔

☆ (1) مہمان کو کھانا کھلانے میں (2) مردے کی تجہیز و تکفین میں (3) لڑکی کی شادی کرنے میں (4) قرض ادا کرنے میں (5) گناہ سے توبہ کرنے میں (6) اذان سن کر مسجد کو جانے میں۔

☆ چار چیزوں کو تھوڑا نہ سمجھو (1) قرض (2) مرض (3) دشمنی (4) آتش۔

☆ پانچ چیزیں فسادات قلب کا نشان ہیں (1) توبہ کی امید پر گناہ کرنا (2) علم سیکھنا اور عمل نہ کرنا (3) عمل کرنا اور اخلاص نہ ہونا (4) رزق کھانا اور شکر نہ کرنا (5) دفن کرنا مُردوں کا اور عبرت نہ پکڑنا۔

☆ تین چیزوں کی قلت ہی بہتر ہے۔ (1) قلت الطعام (2) قلت المنام (3) قلت الکلام۔

☆ غلطی کے تین درجے ہیں۔ (1) سہواً (2) عمداً (3) خطاً

☆☆☆

عورت

معاشرے میں عورت کے ذمے کچھ فرائض ہیں جو بڑے اہم ہیں۔ خاص طور پر بچوں کی تربیت کے معاملے میں عورت کی ذمے داریاں مرد سے کہیں زیادہ ہیں۔ ایک بزرگ کا ارشاد ہے۔

"عورت کی مقدس آغوش بہترین یونیورسٹی ہے۔"

جہاں ادب و احترام کا سبق پڑھایا جاتا ہے، جہاں تہذیب و تمدن کا درس دیا جاتا ہے، جہاں انسانیت سکھائی جاتی ہے۔ جہاں عدل و انصاف اور رحم و کرم کی تعلیم دی جاتی ہے۔" گویا عورت کی ذات میں ان تمام صفات کا ہونا ضروری ہے۔

عورت کی عزت و تکریم کا یہ عالم ہے کہ خداوند تعالیٰ نے جنت کو عورت کے قدموں کے نیچے رکھا ہے۔ اس عزت و تکریم اور اعلیٰ مرتبے کا مقصد عورت کو اپنے فرائض سے آگاہ کرنا ہے۔

آدمی کو جس چیز کی ضرورت ہوتی ہے، اس کی تلاش میں ساری دنیا گھومتا ہے اور بالآخر گھر واپس آتا ہے اور وہ چیز اسے گھر ہی میں مل جاتی ہے۔

ارسال کردہ: نرمین رضی، کراچی

☆☆☆

مسکراہٹیں

استاد، بچوں سے "اچھا یہ بتاؤ دن میں تارے کیوں نہیں نکلتے ...؟"

ایک بچے نے معصومیت سے جواب دیا۔ "سر! ستارے سورج کے راستے میں ٹانگ نہیں اڑانا چاہتے۔"

☆ .... ☆

☆ فقیر: "صاحب! میری مدد کیجئے۔ میرا سامان، بال بچے، مکان، روپیہ پیسہ سب کچھ جل گئے۔"

صاحب: "مگر اس کا ثبوت کیا ہے؟"

فقیہ: ''جناب! ثبوت بھی تھا۔ مگر وہ کان کے ساتھ وہ بھی جل گیا۔''

☆☆

جج (ملزم سے) ''تم جانتے ہو جھوٹ بول کر تمہیں کہاں جانا ہوگا۔''
ملزم۔ ''دوزخ میں۔''
جج۔ ''اور سچ بول کر۔''
ملزم۔ ''سرکاری جیل خانے میں''

☆☆

ایک شخص بہت غیر حاضر دماغ تھا۔ ایک دن وہ صبح سو کر اُٹھا تو اسے یاد آیا کہ بدھ کو ایک خاتون کے ہاں کھانے پر جانا تھا۔ وہ بے حد پریشان ہوا اور فون کی طرف دوڑا۔ ''مائی ڈیئر۔ میں بے حد معذرت خواہ ہوں۔'' اُس کی سانس پھول رہی تھی ''بدھ کو نہ آنے کے باعث میں بے حد شرمندہ ہوں۔ نہ جانے میں کیسے بھول گیا۔ مہربانی کر کے اب کسی اور دن مجھے بلا لو۔ میں ایک بار پھر معذرت چاہتا ہوں۔''
دوسری طرف دیر تک خاموشی رہی پھر خاتون کی سرد آواز سنائی دی۔ ''کس بات کی معذرت؟ تم بدھ کو دعوت میں موجود تو تھے۔''

☆☆☆

زندگی کیا ہے...

[illegible]: زندگی سبق کا نام ہے۔
[illegible]: زندگی محنت کا نام ہے۔
[illegible]: زندگی [illegible] کا نام ہے۔
مریض: زندگی [illegible] کا نام ہے۔
[illegible]: زندگی خوشی کا نام ہے۔
[illegible]: زندگی لطف کا نام ہے۔
[illegible]: زندگی غربت کا نام ہے۔
غریب: زندگی دکھ کا نام ہے۔
[illegible]: زندگی ایکٹنگ کا نام ہے۔
[illegible]: زندگی کھیل کا نام ہے۔
شاعر: زندگی غزل کا نام ہے۔

ارسال کردہ: حمیرا خان، کراچی

☆☆☆

غیر مسلم مفکرین کے اقوال.....

☆..... بہت سے کام کرنے کا آسان طریقہ یہ ہے کہ ایک وقت میں ایک ہی کام کیا جائے۔ (سیسل)
☆ صرف وہی شخص کاہل نہیں جو کچھ نہ کرے بلکہ وہ شخص بھی کاہل ہے جو بہتر کام کر سکتا ہو لیکن نہ کرے۔ (سقراط)
☆ کاہلی میں دیوی ہی دیوی ہے۔ (کارلائل)
☆ میں جتنا زیادہ آدمیوں کو قریب سے دیکھتا ہوں اتنی ہی زیادہ کتوں کی تعریف کرتا ہوں۔ (فرانسیسی کہاوت)
☆..... بزدل کتا کاٹنے سے زیادہ زور سے بھونکتا ہے۔ (روفس)
☆ ... سوئے ہوئے کتے کو نہ چھیڑو۔ (انگریز مذہ انگیری)

ارسال کردہ: یوسف علی، کراچی

☆☆☆

آخری خواہش

بو ریحان البیرونی اپنے وقت کے عظیم دانش ور اور ماہر علم نجوم تھے۔ وہ محمود غزنوی کے دربار سے وابستہ تھے۔ سلطان محمود ان کے علم و فضل سے بے حد متاثر تھے۔ ایک بار وہ کسی بات پر البیرونی سے خفا ہو گئے۔ انہوں نے [illegible] سے کہا ''میں نے فیصلہ کیا ہے کہ کل صبح تمہیں قلعے کی فصیل سے [illegible] البیرونی نے جواب میں کچھ نہیں کہا اور ایک کاغذ پر کچھ لکھ [illegible] فصیل پر لے جایا گیا۔ جہاں سے ان کو نیچے گرایا جانا [illegible]

ارسال کردہ: فردوس حیدر، لاہور

[illegible]

[illegible] کی کشمکش میں نہ بیکار ڈالے
[illegible] قطرہ [illegible] ہوں نے مار ڈالے
[illegible] معمار ڈالے
[illegible] میری [illegible] اچار ڈالے
[illegible] کا بھلا ہو تو کچھ آپ کا بھلا
میرا بھلا ہو کچھ میرے ماں باپ کا بھلا
جاتا ہے جس جگہ بھی کوئی قطرہ [illegible]
[illegible]
[illegible] یہاں سے تیری نہ ہوں یہاں [illegible]
[illegible] جہاں پہ حرف [illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible] پاس [illegible] ہوں مگر [illegible] بھی [illegible] ہوں
[illegible] کے اداروں کے ہاتھوں میں کھیل ہوں
جس کا نشانہ جائے خطا وہ غلیل ہوں
میں خاک میں ملا ہو مٹی کا تیل ہوں
[illegible] بھی نہیں ہے [illegible]
صورت [illegible] بھی [illegible] نہیں [illegible]
[illegible] میں نے [illegible] تو مجھ پہ [illegible]
[illegible] ہیں پاس [illegible] بھی نہ [illegible] جو امتحان
[illegible] آزردہ بھی [illegible] ہیں [illegible]
میں جس زمین پہ پہنچا [illegible] چلا [illegible]
ہے آسماں کی گردش تقدیر میرے ساتھ
ذری ہے اک گناہوں کی تحریر میرے ساتھ
[illegible] ہو سکے تو مانگ لوں اک عمر کو ادھار
اور امتحان جس کا نہیں کوئی اعتبار
اس امتحان کی بازی لگاؤں کیا بار بار
کہتے ہیں لوگ اس سے کہ مچھلی کا ہے شکار
[illegible] امتحان مچھلی [illegible]
[illegible] خیال [illegible]

ارسال کردہ امجد آصف، کراچی

غزل

کبھی ہم خوبصورت تھے
کتابوں میں بسی خوشبو کی مانند
سانس ساکن تھی
بہت سے ان کہے لفظوں سے تصویریں بناتے تھے
پرندوں کے پروں پر نظم لکھ کر
دور کی جھیلوں میں بسنے والے لوگوں کو سناتے تھے
جو ہم سے دور تھے لیکن
ہمارے پاس رہتے تھے
نئے دن کی مسافت جب کرن کے ساتھ آنگن میں اتری تھی
تو ہم کہتے تھے
[illegible]

[illegible]

[illegible] بن کو بہت [illegible] رنگ میں ڈوبی ہوا کے ساتھ کھڑکی سے بلاتی ہے
[illegible]

کلام: [illegible]
ارسال کردہ: حبیبہ اقبال

☆☆☆

[illegible]

زندگی کے میلے میں، خواہشوں کے ریلے میں
تم سے کیا کہیں جاناں، اس قدر جھمیلے میں
وقت کی روانی ہے، بخت کی گرانی ہے
سخت بے زمینی ہے، سخت لامکانی ہے
[illegible]
ہجر کے سمندر میں
تخت اور تختے کی ایک ہی کہانی ہے
تم کو جو سنانی ہے
[illegible]
بات عمر بھر کی ہے (عمر بھر کی باتیں کب دو گھڑی میں ہوتی ہیں
درد کے سمندر میں)
(ان گنت جزیرے ہیں، بے شمار موتی ہیں)
آنکھ کے دریچے میں تم نے جو سجایا تھا
بات اس دیے کی ہے
بات اس گلے کی ہے
جو لہو کی خلوت میں چور بن کے آتا ہے
لفظ کی فصیلوں پر ٹوٹ ٹوٹ جاتا ہے
زندگی سے لمبی ہے، بات رت جگے کی ہے
راستے میں کیسے ہو!
بات تخلیے کی ہے
تخلیے کی باتوں میں گفتگو اضافی ہے
پیار کرنے والوں کو اک نگاہ کافی ہے
ہو سکے تو سن جاؤ ایک دن اکیلے میں
تم سے کیا کہیں جاناں، اس قدر جھمیلے میں

کلام: امجد اسلام امجد
ارسال کردہ: [illegible] آصف، [illegible]

......خاص بات......

[illegible]

خاتونی
امراضِ نسواں کی مجرّب دوا
خاتونی امراضِ نسواں کیلئے بہترین
دوا ہے۔ سیلانُ الرحم، ورم اور اس
سے پیدا شدہ عوارض کو دور کرتی
ہے۔ خاتونی مقوی اعصاب ہے۔
چہرے کی زردی نقاہت اور گھبراہٹ
کو ختم کرتی ہے۔
خاتونی
امراضِ نسواں کی مجرّب دوا
120 ملی لیٹر
خاتونی
امراضِ نسواں کی مجرّب دوا

یہ ہے درست حل

آف وائٹ دوپٹے

سوال: ہلکے رنگ کے دوپٹے اکثر خراب ہو جاتے ہیں۔ ان کا رنگ گندا ہو جاتا ہے اور یہ میلے نظر آنے لگتے ہیں۔ اس رنگ کے دوپٹے دھونے میں مشکل سے اچھے ہوتے ہیں۔ کوئی طریقہ بتائیں کہ یہ دوپٹے ویسے ہی رہیں۔ (مریم فاطمہ، کراچی)

جواب: آف وائٹ دوپٹوں کے ساتھ یہی ایک مسئلہ ہے کہ وہ بہت جلد اپنا اصل رنگ کھو دیتے ہیں۔ اس کا حل بھی موجود ہے۔ گھر میں زردے کا رنگ موجود ہوتا ہے۔ آپ وہ رنگ چٹکی بھر پانی میں گھول لیں اور اس میں دوپٹہ بھگو کر رنگ لیں۔ دوپٹہ ٹھیک رہے گا۔

سانولا پن

سوال: میرے 5 ماہ کے بیٹے کا رنگ اپنے باقی بھائی بہنوں سے دبتا ہوا ہے۔ میں چاہتی ہوں کہ اس کا رنگ بھی میرے دوسرے بچوں کی طرح کچھ گورا ضرور ہو جائے۔ اس کا رنگ نکھارنے کے لیے کیا کروں؟ (مسز کریم، لاہور)

جواب: گورا یا کالا ہونا تو اللہ کی قدرت ہے لیکن جس حد تک آپ اور بہتری حاصل کر سکتی ہیں ضرور کریں۔ ہلدی، آٹا یا میدہ اور گھی ہم وزن لے کر ذرا سے پانی میں ملا لیں۔ بچے کے جسم پر یہ گوندھا ہوا سخت آٹا ملیں مگر احتیاط سے۔ ایک گھنٹہ بعد بچہ کو نہلا دیں۔ متواتر اس عمل سے بچے کا رنگ گورا ہونے لگے گا۔

مسالے کی شیشیاں

سوال: ہمارے ہاں عام طور پر جام جیلی وغیرہ کی خالی بوتلوں میں مصالحے، نمک، مرچ وغیرہ رکھے جاتے ہیں۔ ان کو نیا جیسا صاف کیسے کیا جا سکتا ہے اور وہ بھی کم وقت اور کم خرچ میں۔ (صفیہ عمر، بہاولپور)

جواب: ایک ٹب میں گرم پانی بھر دیں۔ اس میں نمک اور سرف ڈال کر گھولیں۔ بوتلیں اس میں ڈال دیں۔ جب پانی ذرا ٹھنڈا ہو جائے تو برش یا برتن دھونے والی کسی بھی چیز سے دھولیں۔ صاف پانی سے کھنگال لیں۔ بوتلیں نئی جیسی چمکتی ہوئی ہو جائیں گی۔

چہرے کے مسام

سوال: میرا مسئلہ چہرے کے مساموں کا ہے۔ میرے دونوں گالوں پر مسام ہیں۔ جو کھلے ہوئے ہیں اور انتہائی برے لگتے ہیں۔ اس طرح کے مسام میری ناک پر بھی ہیں اور ان مساموں میں میلیں بھی ہیں۔ کوئی ایسا طریقہ بتائیں کہ میری ناک صاف شفاف ہو اور ملائم ہو جائے؟ (ندا علی، ملتان)

جواب: اگر آپ کے چہرے پر میل مہاسے ہیں تو آپ صبح اور شام اپنے چہرے پر ٹماٹر کے قتلے کاٹ کر ملیں، اس سے مسام بند ہو جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ تین چار بادام اچھی طرح پیس کر تھوڑے سے دودھ میں ملا دیجیے

اور رات سونے سے پہلے اس آمیزے کو چہرے پر لگائیں اور 20 منٹ بعد منہ دھو لیں۔ تھوڑے دنوں کے عمل سے مسام بند ہو جائیں گے اور میل مہاسے بھی دور ہو جائیں گے۔

جلنے کا مستقل نشان

سوال: ہاتھوں اور ناخنوں پر جو بال ہیں وہ ہمیشہ کے لیے ختم ہو سکتے ہیں؟ اس کے علاوہ میرا ہاتھ چولہے پر بہت برے طریقے سے جل گیا تھا۔ اب تکلیف تو ختم ہو گئی ہے لیکن نشان اور داغ رہ گئے ہیں، اسے کیسے ختم کروں؟ (اریبہ جاوید، کراچی)

جواب: آپ کے ہاتھ پر جو جلنے کا داغ ہے اس کے لیے آپ کو گھیکوار (ایلوویرا) کا گودا استعمال کرنا پڑے گا۔ آپ گھیکوار (ایلوویرا) منگوائیے اور اس کے پتے کاٹ کر ایک چمچ گودا لیجیے پھر اس کو تھوڑے سے شہد میں ملائیے کیونکہ یہ کڑوا ہوتا ہے۔ صبح اور شام یہ گودا کھا لیجیے اور یہی گودا جلے ہوئے حصے پر صبح و شام پابندی سے لگائیے اور اس کے علاوہ زیتون کے تیل کی روئی کی مدد سے جلے ہوئے حصے پر آہستہ آہستہ مالش کیجیے۔ دھیرے دھیرے جلنے کا داغ دور ہو جائے گا۔

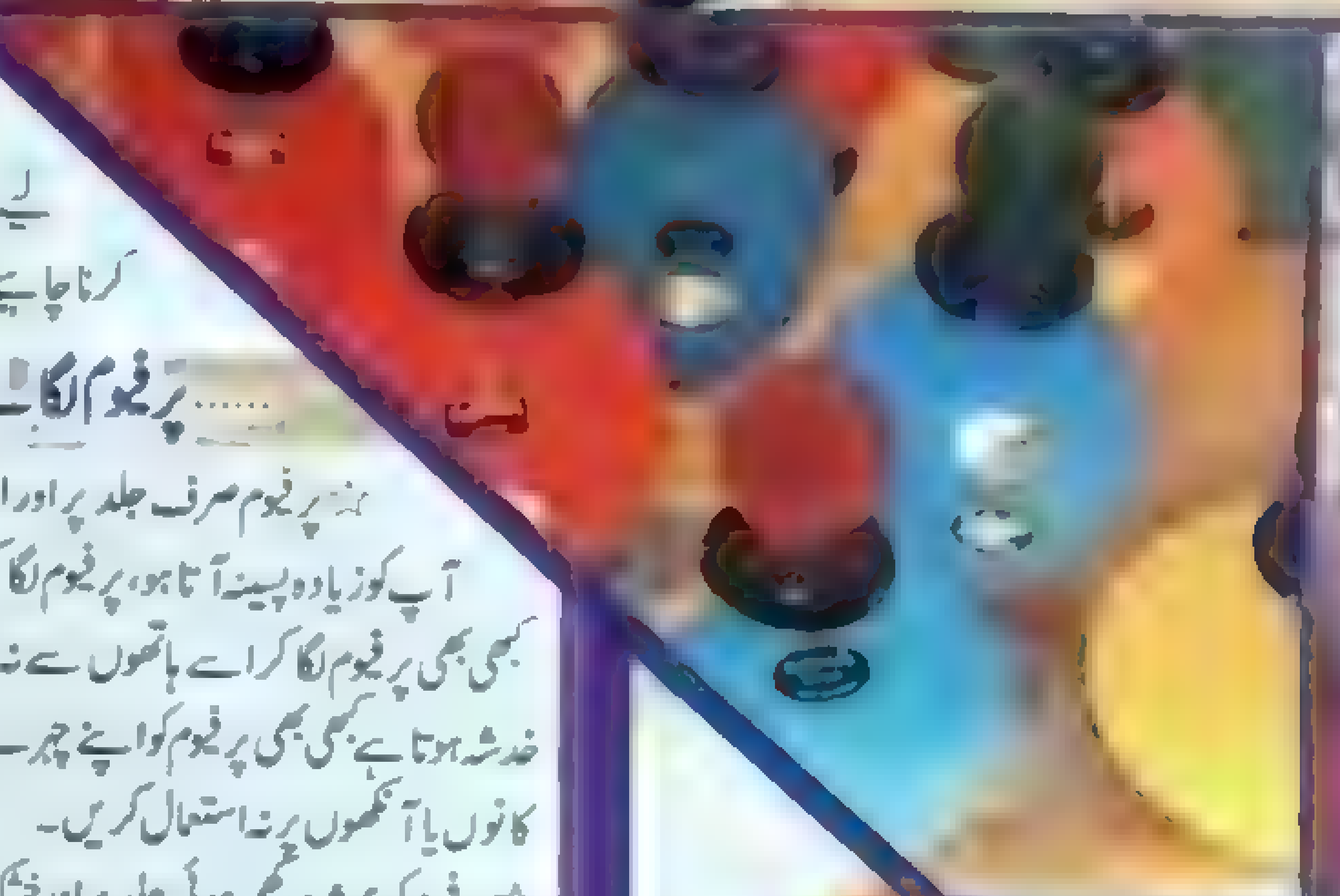
ہاتھوں اور پیروں یا جسم کے کسی حصے سے بال ختم کرنے کے لیے جو کے آٹے میں تھوڑا سا لیموں اور دودھ ملا کر پیسٹ بنا لیں اس کو ابٹن کی طرح استعمال کریں۔ اس نسخے کو لگاتار تین ماہ تک دن میں ایک مرتبہ استعمال کرنے سے جسم میں موجود داغوں سے نجات مل جاتی ہے مگر خیال رہے کہ سخت بالوں کے لیے صرف ویکسنگ یا لیزر ہی کارگر ثابت ہو سکتا ہے۔

ہاتھوں کی ابھری ہوئی رگیں

سوال: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے ہاتھوں اور پیروں کی رگیں پھولی ہوئی ہیں۔ حالانکہ میری عمر ابھی 19 سال ہے لیکن میں اپنی عمر سے بڑی لگتی ہوں اور اس طرح ہاتھ اور پاؤں دیکھنے میں بھی بہت برے لگتے ہیں۔ کچھ عرصے پہلے میرا ہاتھ جل گیا تھا اس کا نشان بھی ابھی تک نہیں گیا؟ (عالیہ امین، کراچی)

جواب: اس مسئلے کا حل کہ آپ کا ہاتھ جل گیا ہے۔ ہم اس صفحے پر دے چکے ہیں۔ آپ دیکھ لیجیے۔ ہاتھوں کی رگیں اس لیے پھولی ہوئی لگتی ہیں کہ آپ اپنے ہاتھوں کو پانی میں بہت زیادہ رکھتی ہیں۔ مثلاً برتن اور کپڑے دھوتے ہوئے ہاتھوں کی حفاظت نہیں کرتی۔ اس لیے آپ کے ہاتھوں اور پیروں کی رگیں پھول گئی ہیں۔ آپ جب بھی پانی میں ہاتھ ڈالیں کوشش کریں کہ دستانے پہن لیں۔ اس کے علاوہ کام ختم ہونے کے بعد فوری طور پر ہاتھوں پر گلیسرین یا کوئی بھی کریم لگائیں اور انڈے کی سفیدی میں تھوڑی سی پھٹکری ملا کر ہاتھوں پر لگائیں۔ جب خشک ہو جائے تو دھولیں۔ یہی عمل پیروں پر بھی کریں۔ ہاتھوں اور پیروں پر آپ بازار میں باآسانی مل جانے والی پیٹرولیم جیلی کا لیپ کر کے سوئیں اس سے آپ کے مسائل حل ہو جائیں گے۔

پرفیوم کے استعمال میں موسم، محفل اور مزاج کو مدنظر رکھیں



خوشبوجات اور پرفیوم کا انتخاب

خوشبو یا سینٹ ہر کسی پر مختلف اثر ڈالتی ہے لہٰذا کسی بھی پرفیوم کو اپنے لیے منتخب کرنے سے پہلے اپنے کسی دوست سے مشورہ ضرور کرلیں اور بہت سے پرفیوم استعمال کرنے کے بعد کوئی ایک پرفیوم منتخب کریں تاکہ آپ جہاں بھی جائیں تو وہ پرفیوم اور اس کی خوشبو آپ کی پہچان بن جائے۔ اس بات کا خیال رکھیں کہ آیا آپ کے ذاتی پرفیوم لوگوں کو بدمزہ تو محسوس نہیں ہوتے کیونکہ ہوسکتا ہے کہ آپ کا پسندیدہ پرفیوم صرف آپ کو پسند ہو اور لوگوں کو اس کی خوشبو اچھی نہ لگتی ہو۔ اس سلسلے میں یہ جان لیں کہ آپ پرفیوم اپنے لیے نہیں بلکہ دوسروں کے لیے استعمال کرتی ہیں۔

اگر آپ کے بال سیاہ ہیں اور جلد چکنی تو آپ کو ہلکی خوشبو پسند کرنا چاہیے کیونکہ آپ کی جلد کے روغنیات پرفیوم کو بہت جلد گرم کردیں گے اور چکنی جلد پر خوشبو کا اثر دیر تک رہتا ہے۔ خشک جلد والی خواتین عموماً زیادہ تیز خوشبو استعمال کرتی ہیں اور اس خوشبو سے دل بھی نہیں بھرتا، اس کی وجہ یہ ہے کہ خشک جلد پر خوشبو جلدی کم ہو جاتی ہے۔

اگر آپ کے بال سنہری ہیں اور جلد خشک، تو اس صورت میں آپ کو خوشبو کے لیے زیادہ تیز باڈی اسپرے استعمال کرنا چاہیے۔

پرفیوم لگانے کا طریقہ

☆ پرفیوم صرف جلد پر اور ان جگہوں پر استعمال کریں جہاں آپ کو زیادہ پسینہ آتا ہو، پرفیوم لگا کر اسے اچھی طرح خشک کریں اور کبھی بھی پرفیوم لگا کر اسے ہاتھوں سے نہ رگڑیں، اس طرح خارش ہونے کا خدشہ ہوتا ہے۔ کبھی بھی پرفیوم کو اپنے چہرے پر یا اس کے اطراف مثلاً بالوں، کانوں یا آنکھوں پر نہ استعمال کریں۔

☆ پرفیوم کو ہمیشہ سوکھی ہوئی جلد پر اور خشک کپڑوں پر لگائیں اور خوشبو زیادہ عرصے تک قائم رکھنے کے لیے دن میں دو بار لگائیں، ایک اچھا سینٹ تقریباً استعمال کے چھ سے آٹھ گھنٹوں تک اپنی خوشبو کا احساس دلاتا ہے۔

☆ آفس یا ورک پلیس پر تیز خوشبو والے سینٹ یا پرفیوم استعمال نہ کریں، کچھ لوگ ذاتی طور پر پرفیوم یا عطریات سے الجھن کھاتے ہیں، اسی طرح کچھ لوگوں کو تیز خوشبو سے الرجی ہوتی ہے لہٰذا اپنے آفس میں اس طرح کے لوگوں کا خاص خیال رکھیں۔

☆ خوشبو ہر موسم میں روزمرہ معمولات کا حصہ اور ہمارے مزاج کی ترجمان ہے۔ یہ نہ صرف تازگی کا احساس پیدا کرتی ہے بلکہ روح کو بھی سرشار کرتی ہے۔ اس سے اردگرد بیٹھنے والے بھی محظوظ ہوتے ہیں۔ یاد رہے کہ گرم موسم میں ہر خوشبو تیز ہو جاتی ہے، اس لیے دن کے وقت ہلکی خوشبو استعمال کریں۔

☆ کان کی لو کی پشت پر لگانے کے علاوہ اسپرے پرفیومز کا آغاز پیروں سے کریں اور پھر اوپری حصوں کی طرف بڑھتی جائیں کیوں کہ خوشبو اوپر کی سمت بلند ہوتی ہے۔ اس لیے گردن یا کان کی لووں پر لگائی ہوئی خوشبو جلد غائب ہو جاتی ہے البتہ پرفیوم بہت قیمتی ہوتا ہے اور اسے پورے جسم پر نہیں لگایا جاسکتا۔ اسے نبض کے مقامات پر لگائیں گھٹنے اور پاؤں کے گٹوں کو نہ بھولیں۔ ان مقامات سے خوشبو ابھر کر پورے بدن پر پھیل جاتی ہے۔

☆ نبض کے تمام مقامات پر خوشبو اسپرے کریں یا ہاتھ سے ملیں گردن کا پچھلا حصہ کلائی کا اندرونی حصہ بازوؤں کا خمیدہ حصہ اور کنپٹی وغیرہ چکنی جلد پر سینٹ کی خوشبو زیادہ دیر تک قائم رہتی ہے۔ خوشبو استعمال کر کے آپ ہر گزرنے والے لمحے کو زیادہ خوش گوار اور لطف اندوز بنائیں یا ایسی خوشبو استعمال کریں جو آپ کے اس وقت کے موڈ کی عکاس ہو۔

☆ آپ خوشبو کے چند قطرے اپنے غسل کے پانی میں ڈال سکتی ہیں۔ ان تمام باتوں میں جدت اور مسرت کا ایک نیا احساس پنہاں ہے۔ کسی بھی پرفیوم کو تجربہ کیے بغیر نہ خریدیں۔ اچھے سینٹ وقت گزرنے کے ساتھ اپنی لطافت کو زیادہ عرصہ تک قائم رکھتے ہیں۔ سینٹ کو سونگھا اور پرکھا جاتا ہے۔ ایک وقت میں تین سے زیادہ خوشبو کو آزمانا چاہیے۔ زیادہ سونگھنے سے آپ کی ناک کی حساسیت متاثر ہوتی ہے اور آپ خلجان میں مبتلا ہو سکتی ہیں۔ اس طرح آپ اپنی پسندیدہ خوشبو خرید نہیں سکتیں۔ اگر آپ محسوس کرتی ہیں کہ خوشبو لگانے سے آپ زیادہ بہتر محسوس کرتی ہیں تو [illegible] پہننے سے قبل گردن اور کلائی پر کوئی ہلکی سی خوشبو لگالیں۔

☆ فرسلک اور ہلکے ملبوسات پر براہ راست پرفیوم اسپرے نہ کریں ورنہ ان پر دھبے پڑ جاتے ہیں۔ خوشبو استعمال کرتے وقت احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ مختلف [illegible] جگہوں پر [illegible] خوشبو زیادہ دیر تک برقرار رہتی ہے۔ پرفیوم کی خوشبو ابھرنے اور [illegible] میں جذب ہونے کے لیے گھر سے نکلنے سے 15 منٹ قبل لگائیں ورنہ خوشبو باہر کی ہوا میں اڑ کر تحلیل ہو جائے گی۔ روشنی کے بلب پر سینٹ اسپرے کردیں، جب آپ بلب جلائیں گی تو اس کی حرارت خوشبو کو کمرے بھر میں پھیلا دے گی۔

☆ مصنوعی پھولوں میں زندگی کے آثار پیدا کرنے کے لیے ان پر ان ہی کا سینٹ وغیرہ یا پھر ان پر ایسا کلون اسپرے کردیں جو مختلف پھولوں کی خوشبوؤں کا آمیزہ ہو۔

☆ کپڑوں پر استری کرنے سے قبل استری کے بورڈ پر پرفیوم اسپرے کردیں کپڑوں پر ایسی جگہ اسپرے نہ کریں جو نظر آنے والے حصے ہیں کیونکہ پرفیوم کپڑوں پر دھبے ڈال دیتا ہے۔ پرفیوم کو زیادہ عرصے رکھنے کے لیے پرفیوم کو ریفریجریٹر میں رکھنا چاہیے۔ اگر یہ ممکن نہ ہو تو پرفیوم کی بوتلوں کو ان کے اصل ڈبوں میں ٹھنڈی جگہ پر رکھیں جو تاریک بھی ہو۔

☆ بہت سے لوگ پرفیوم استعمال کرنے کے بہت شوقین ہوتے ہیں لیکن ان کی کوئی خاص چوائس نہیں ہوتی۔ وہ ہر بار ایک نیا پرفیوم استعمال کرلیتے ہیں۔ کبھی کبھار کے لیے تو یہ بات درست ہے لیکن ہمیشہ کے لیے نہیں۔ بہتر یہی ہے کہ پہلے اپنی پسند کا جائزہ لیا جائے۔

☆ مزاج کے مطابق خوشبو کا انتخاب کرنا بہت ضروری ہے کیونکہ بہت سے لوگ تیز خوشبو بالکل برداشت نہیں کر پاتے ہیں اور ان کے سر میں درد شروع ہو جاتا ہے۔ اس لیے آپ صرف نام دیکھ کر نہیں بلکہ اپنے مزاج کے مطابق خوشبو کا استعمال کریں۔

☆ موقع کی مناسبت سے بھی پرفیوم استعمال کرنا ایک فن ہے۔ اگر آپ کسی آفس میں جارہی ہیں یا دن کی کسی تقریب میں شرکت کررہی ہیں تو ایسے موقعوں پر ہلکی دھیمی مسحور کن خوشبو کو ترجیح دیں۔

☆ اگر آپ رات کی کسی تقریب میں شرکت کررہی ہیں تو پھر کوئی تیز خوشبو آپ کا بہترین انتخاب ثابت ہوسکتی ہے لیکن شرط صرف اتنی ہے کہ اس خوشبو سے نہ صرف آپ خود انجوائے کریں بلکہ دوسروں کو بھی خوش ہونے کا موقع دیں۔

☆ درست وقت پر درست خوشبو کا استعمال آپ کے موڈ میں خاصی تبدیلی کا باعث بن سکتا ہے اور آپ کے اندر خوشی کی لہریں پھیلا سکتا ہے۔

☆ خوشبوئیں کئی طرح کی ہوتی ہیں اور آج کل تو اس صنعت نے اتنی ترقی کرلی ہے کہ اس کی کئی اقسام موجود ہیں۔ پرفیوم، ڈیوڈرنٹ، ٹالکم پاؤڈر وغیرہ۔ ایک وقت میں بہت ساری مختلف خوشبوؤں کا استعمال آپ کو کنفیوژ کرسکتا ہے اس لیے ایک وقت میں ایک خوشبو کا ہی استعمال کریں۔

☆ گرمیوں میں تو پرفیوم، باڈی اسپرے، ڈیوڈرنٹ وغیرہ کا استعمال اور بھی بڑھ جاتا ہے کیونکہ گرمی میں سورج کی حدت آپ کو پریشان کر ڈالتی ہے۔ نہانے کے کچھ دیر بعد ہی آپ خود کو دوبارہ سے تھکا تھکا سا محسوس کرنے لگتے ہیں۔ ایسے میں ایک بہترین خوشبو آپ کو دوبارہ سے فریش کرسکتی ہے۔

☆ گرم معتدل موسم میں ہلکی اور دیرپا خوشبو کا استعمال بہترین ثابت ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ مختلف جڑی بوٹیوں سے حاصل کیے گئے عرق بھی بہترین ثابت ہوتے ہیں۔ اگر گرمیوں میں آپ نہانے سے پہلے پانی میں گلاب کی چند پتیاں ڈال دیں تو اس سے بھی آپ کی طبیعت پر بہت اچھا اثر پڑے گا۔

تبت
TIBET
Prickly Heat
Powder
Anti Bacterial Shield
پریکلی ہیٹ
پاؤڈر
تبت پریکلی ہیٹ پاؤڈر خاص جراثیم کش
اجزاء سے تیار کیا گیا ہے جو آپ کو گرمی دانوں
کی چبھن اور خارش سے آرام دلائیں۔ اس کی
دلفریب خوشبو آپ کو دے تازگی اور
ٹھنڈک کا بھرپور احساس دن بھر۔
گرمی دانوں سے نجات اور ٹھنڈک کا خوشگوار احساس

Now Introducing
Sugar free
JAM-E-SHIRIN
جامِ شیریں کی تمام خوبیاں
کیلوریز کے بغیر
less than 1 calorie
شوگر
جامِ شیریں

چٹ پٹا کھانا کھالیا......اب کچھ میٹھا ہو جائے

تلے ہوئے سیب

اجزاء:

سیب بڑے 3 عدد
انڈے 3 عدد
میدہ ½ پاؤ
چینی ½ پاؤ
گھی / تیل : حسب ضرورت
فریش کریم حسب ضرورت

ترکیب:

سیب چھیل کر گول گول کاٹ لیں اور تیز چاقو کی نوک سے درمیان میں سے بیج نکال لیں انڈوں کی سفیدی اور زردی ایک گہری پلیٹ میں الگ الگ ڈالکر خوب پھینٹیں اتنا کہ سفیدی جھاگ ہو جائے۔ پھر اس میں چینی اور میدہ ملادیں اور خوب پھینٹتے جائیں۔ جب سب مل کر ایک ہو جائے تو زردی بھی اس میں شامل کرلیں۔ اب سیب کا ایک ٹکڑا لے کر اسکو اس تیار شدہ انڈوں اور میدہ میں اچھی طرح مکس کرلیں اور آہستہ آہستہ ہلکی آنچ پر تلیں اور سرخ ہونے پر اتارتے جائیں۔ بہت مزے کی سویٹ ڈش تیار ہے فریش کریم کے ساتھ پیش کریں۔

☆☆☆

گندم کا میٹھا دلیہ

اجزاء:

گندم کا دلیہ : ½ کلو
گھی تیل حسب ضرورت
چینی ½ پاؤ
دودھ ½ لیٹر
سبز الائچی : 2-3 عدد

ترکیب:۔

گھی میں گندم کے دلیے کو بھون لیں جب ہلکا بادامی ہو جائے تو اس میں آدھا سیر دودھ ڈال دیں اور اسی طرح ہلکی آنچ پر پکنے دیں جب دودھ خشک ہو جائے تو اس میں چینی ڈال کر چار پانچ منٹ چمچہ چلائیں اور پھر الائچی پیس کر ڈال دیں اور اتار کر جمالیں۔ بہت ہی مزے دار کھیر بنے گی جو آپ سویٹ ڈش کی طرح پیش کر سکتے ہیں۔

☆☆☆

چاولوں کا زردہ

اجزاء:

چاول 3 پیالی (چھ سے سات گھنٹے کے لیے بھگو دیں)
چینی : ½-2 پیالی
دودھ : 1 پیالی
لونگ : 4 عدد
رنگین اشرفیاں : چند عدد (2 ٹکڑے کرلیں)
زردے کا رنگ : ½ چائے کا چمچ
پستے 10 عدد (چھیل کر باریک کاٹ لیں)
بادام : 10 عدد (چھیل کر باریک کاٹ لیں)
چھوٹی الائچی : 6 سے 8 عدد
گھی : 1 پیالی
چھوٹے گلاب جامن حسب ضرورت

ترکیب:

ایک بڑی دیگچی میں خوب ڈھیر سارا پانی گرم کریں، جب کھولنے لگے تو بھیگے ہوئے چاول دو لونگیں اور تین الائچیاں ڈال دیں چاول جب دو کنی اُبل جائیں تو چھلنی کے ذریعے پانی نکال دیں۔ تھوڑی دیر چھلنی میں ہی رہنے دیں تاکہ اچھی طرح سے پانی خشک ہو جائے۔ اب اُبلے ہوئے چاول ایک تسلے میں ڈال کر سارا میوہ اور چینی ملادیں۔ ایک پیالی دودھ میں زردے کا رنگ ملا کر یہ بھی چاولوں پر ڈال دیں۔ اشرفیاں بھی ملادیں۔ ایک دیگچی میں گھی گرم کریں، بقایا الائچی اور لونگ ڈال دیں جب خوشبو آنے لگے تو چاول ڈال دیں۔ لکڑی کے چمچ سے تھوڑا سا چلا کر ڈھکن ڈھانک کر تیز آنچ پر رکھ کر 5 منٹ تک پکائیں۔ پھر دیگچی کو توے کے اوپر رکھ دیں۔ آنچ ہلکی کر دیں۔ جب دم آجائے تو ڈش میں نکال کر گلاب جامن سے سجا کر پیش کریں۔

☆☆☆

خستہ شاہی ٹکڑے

اجزاء:

ڈبل روٹی کے سلائس : 8 عدد
کنڈینسڈ دودھ : 1 ڈبہ
کارن فلور : 1 کھانے کا چمچ
گھی سلائس تلنے کے لیے : حسب ضرورت
بادام : 15 عدد (باریک کٹے ہوئے)
چھوٹی الائچی : 4 عدد
چینی : ½ کھانے کا چمچ

ترکیب:

سب سے پہلے ایک کڑاہی میں گھی گرم کریں، جب گرم ہو جائے تو سلائس ڈیپ فرائی کرلیں جب گولڈن ہو جائیں تو نکال کر ایک اخبار پر پھیلادیں تاکہ چکنائی جذب ہو جائے۔ ایک فرائنگ پین کو ہلکی آنچ پر گرم کریں۔ دودھ کا ڈبہ کھول کر کارن فلور، الائچی اور چینی ملا کر فرائنگ پین میں ڈال کر ہلکا سا پکالیں جب گاڑھا ہو جائے تو اتار لیں۔ اب یہ آمیزہ تلے ہوئے سلائس کے اوپر لگا کر درمیان میں سے دو ٹکڑے کرلیں یا کسی گول کٹر سے کاٹ لیں۔ اوپر سے بادام چھڑک دیں اور ایک خوبصورت چاول والی ڈش میں سجا کر کھانے کے لیے پیش کردیں۔ مزیدار خستہ شاہی ٹکڑے تیار ہیں۔

☆☆☆

مزعفر

اجزاء:

سویاں : 2 پیالی (ہلکا ہلکا توڑ لیں)
تازہ دودھ : 2 پیالی
چھوٹی الائچی : 6 عدد
زعفران یا زردے کا رنگ : تھوڑا سا
گھی : ½-1 پیالی
پھیکا کھویا : 1 پیالی
لونگ : 4 عدد
پستے : 6 عدد (باریک کٹے ہوئے)
بادام : 6 عدد (باریک کٹے ہوئے)

ترکیب:

ایک دیگچی میں آدھی پیالی گھی ڈال کر ہلکا گرم کریں پھر سویاں ڈال کر بھون لیں، جب ذرا سی لال ہو جائیں تو کھویا ڈال دیں۔ پانچ منٹ بھون کر اتار لیں۔ ایک کڑاہی میں باقی گھی ڈال کر گرم کریں پھر الائچی اور لونگ ڈال دیں۔ جب خوشبو آنے لگے تو پستے بادام ڈال کر تل لیں پھر چینی ڈال دیں جب شیرہ بننے لگے تو بھنی ہوئی سویاں ڈال دیں پھر بھون کر دودھ اور زعفران یا زردے کا رنگ ڈال دیں اور دم پر رکھ دیں۔ جب گھی اوپر آنے لگے تو چولہا بند کردیں۔ میٹھے کو بالائی یا تازہ کریم کے ساتھ پیش کریں۔

☆☆☆

بچوں کے خوف سے کیسے نمٹا جائے؟

[illegible]

نارمن لوب نے اس مسئلے کا گہرا مطالعہ کیا ہے۔ انہوں نے مختلف ماہرین سے صلاح مشورے اور مطالعے کے بعد مندرجہ ذیل مشورے دیے ہیں

☆ کمرے کی دیوار پر نظر آنے والے درخت کی شاخوں اور پتوں کے متحرک سائے سے ڈرنے والے بچے کو ماں باپ دلاسا دیتے ہیں کہ "یہ کچھ بھی نہیں ہے۔ بس سایہ ہے، چلو آرام سے سو جاؤ۔" بچہ اس منطق سے متاثر نہیں ہوتا۔ وہ والدین کے اس مشورے کو اپنی توہین سمجھتا ہے۔ وجہ یہ ہے کہ اس مشورے کے ذریعے آپ بچے کو یہ بتا رہے ہوتے ہیں کہ جو کچھ دیکھ رہا ہے، اس پر یقین نہ کرے۔ سایہ اس کے کمرے میں موجود ہے لہٰذا اس کو بالکل نظر انداز کرنے کا مشورہ دینے کے بجائے بچے کے موقف سے ہمدردی ظاہر کرنی چاہیے اور مان لینا چاہیے کہ شاخوں اور متحرک پتوں کا سایہ خوفناک ہو سکتا ہے۔ جب بچے کو معلوم ہوتا ہے کہ آپ اس کے خوف کو مضحکہ خیز یا فضول نہیں سمجھتے بلکہ اس کو حقیقی سمجھ رہے ہیں تو پھر وہ آپ کے مشورے کو قبول کرنے پر آمادہ ہو جاتا ہے۔

☆ بعض بچے اور خاص طور پر پانچ سے آٹھ برس تک کی عمر کے بچے بہادری کی شیخی بگھارتے ہیں اور کہتے ہیں کہ ان کو کسی شے سے خوف نہیں آتا۔ اس طرح درحقیقت وہ اپنے خوف چھپا رہے ہوتے ہیں۔ خوف چھپانے کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ وہ دوسروں کے تمسخر کا نشانہ نہیں بننا چاہتے۔ خوف سے بچنا اصل میں خوف سے نمٹنے کا ایک غیر معقول طریقہ بھی ہے۔ اس صورت حال میں والدین کو چاہیے کہ وہ بچوں کی ہمت بندھائیں اور ان کو خوف چھپانے کے بجائے اس کا اظہار کرنے پر آمادہ کریں۔ وہ بچوں کو بتا سکتے ہیں کہ "تمہاری عمر کے بچوں کو کئی خوف لاحق ہوتے ہیں، اس میں کوئی انوکھی بات نہیں..... یہ تو بالکل فطری بات ہے"۔ بچے کو اعتماد میں لیا جائے تو وہ شرمندگی کے احساس کے بغیر اپنے خوف بتانے پر تیار ہو جاتا ہے، تب اس کو یہ یقین دلانا بھی آسان ہوتا ہے کہ اس کے خوفوں پر قابو پایا جا سکتا ہے۔

والدین کئی طریقوں سے بچوں کو خوف پر غالب آنے کے قابل بنا سکتے ہیں۔ اکثر اوقات تو بچے کو صحیح معلومات مہیا کر دینا کافی ہوتا ہے مگر یہ معلومات سلیقے سے پیش کرنی چاہئیں۔

☆ بچے کا خوف دور کرنے کی خاطر محض حقائق بیان نہ کیجیے بلکہ ان کو ایسی کہانی کی صورت میں سامنے لائیے جس کو بچہ آسانی سے سمجھ سکتا ہو۔

☆ بچوں کے سامنے یہ ماننے میں کوئی حرج نہیں کہ آپ بھی کبھی خوفزدہ ہوا کرتے تھے مثلاً اندھیرے کمرے میں اکیلے سونے سے ڈر لگتا تھا یا نئے لوگوں سے پہلی بار ملنے سے کترایا کرتے تھے۔ جب بچوں کو آپ یہ بتائیں گے تو وہ دو اہم سبق سیکھیں گے۔ اور یہ کہ اس کے خوف غیر معمولی نہیں، دوسرے لوگ یہاں تک کہ اس کے ماں باپ بھی کبھی ڈرا کرتے تھے۔ دوسرا سبق وہ یہ سیکھے گا کہ خوف عمر بھر انسان کے ساتھ نہیں رہتا۔

☆ والدین بچوں کو کسی پریشان کن تجربے کے لیے پہلے سے ذہنی طور پر تیار کر کے بھی ان کی مدد کر سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر پہلے دن اسکول جانا اکثر بچوں کے لیے خاصا تشویش ناک تجربہ ہوا کرتا ہے۔ بعض بچے روتے اور چیختے چلاتے ہیں، کئی ہفتوں تک ڈرتے رہتے ہیں اور گھبراہٹ میں مبتلا رہتے ہیں۔ ماں باپ چاہیں تو وہ بچے کو اس اذیت سے بچا سکتے ہیں۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ بچے کو اسکول میں باقاعدہ داخل کروانے سے چند روز پہلے اس کو ایک دو بار اسکول لے جائیے۔ وہاں اس کی ملاقات دوسرے بہن بھائیوں یا جان پہچان کے بچوں سے کروائیے۔ وہ ان کو بہت سے بچوں کے ساتھ ہنستے کھیلتے دیکھے گا۔ اسکول میں اس کو کھلونے، تصویریں اور کھیلنے کی دوسری چیزیں دکھائی دیں گی۔ اسکول شاپ میں وہ چاکلیٹ، آئس کریم اور دوسری چیزیں دیکھ سکے گا۔ یوں اس کو اندازہ ہوگا کہ اس کے وہموں کے برخلاف اسکول کوئی عقوبت خانہ نہیں ہے جہاں بچوں کو سزا کے لیے روزانہ بند کر دیا جاتا ہے بلکہ یہ تو کھیلنے اور سیکھنے کی جگہ ہے جہاں روزانہ بہت سے بچے آتے ہیں۔ وہ مل کر پڑھتے ہیں تو ہنستے کھیلتے بھی ہیں۔ تب اسکول میں داخل ہونے کی بات پر اس کے اوسان خطا نہ ہوں گے، شوق سے وہ اس دن کا انتظار کرنے لگے گا جب وہ بھی دوسرے بچوں کی طرح بستہ گلے میں ڈال کر اسکول جایا کرے گا۔

☆ اگر بچہ ڈاکٹر کے پاس جانے سے ڈرتا ہے تو اس کو صرف بیمار ہونے پر ڈاکٹر کے پاس نہ لے جائیے بلکہ یونہی کسی روز "ڈاکٹر انکل" سے ملوانے کے لیے لے جائیے۔ ڈاکٹر صاحب کو پہلے سے باخبر کر دیجیے کہ بچہ صرف "ملنے" کے لیے آ رہا ہے۔ مطب کے ماحول میں بچے کو دس پندرہ منٹ رکھیے۔ اس کو دیکھنے دیجیے کہ مریض آتے ہیں۔ وہ باری باری ڈاکٹر کے پاس جاتے ہیں، ڈاکٹر ان کی باتیں دلچسپی سے سنتا ہے، ان کی نبض دیکھتا ہے، گلے میں جھانکتا ہے، تھرمامیٹر استعمال کرتا ہے اور پھر ان کو کاغذ پر دوائیاں لکھ کر دے دیتا ہے۔ اس ماحول سے آشنا ہونے پر بچے کا خوف بالکل ختم نہ ہوگا تو بہت کم ضرور ہو جائے گا۔

☆ اندھیرے کمرے میں بچے کو بھوت محسوس ہوتا ہے تو بچہ اس خوف سے خود نہیں نمٹ سکتا۔ اب اگر آپ اس کو بتائیں کہ بھوتوں کا کوئی وجود نہیں ہوتا، وہ صرف ہمارے وہموں کی پیداوار ہیں تو اگرچہ یہ بات بالکل درست ہوگی، مگر فوری طور پر بچے کے کام نہ آئے گی۔ بچے کے لیے خوف کی حالت میں بھوت کا وجود حقیقی ہوتا ہے، لہٰذا جب آپ اس اندھیرے کمرے میں جاتے ہیں، روشنی کرتے ہیں، پلنگ کے نیچے جھانکتے ہیں اور الماریاں کھول کر دکھاتے ہیں اور پھر کہتے ہیں کہ "دیکھا، میں نے کونہ کونہ چھان مارا ہے، یہاں کوئی بھوت نہیں ہے، ہوتا تو ضرور نظر آتا۔" مگر آپ کی اس ساری چھان بین کے بعد بچہ یہ جواب دے سکتا ہے کہ "ابو بھوت اس وقت آتا ہے جب آپ نہیں ہوتے۔"

اس قسم کے خوف سے نمٹنے کا ایک اچھا طریقہ یہ ہے کہ بچے کے محسوسات کے مطابق عمل کیا جائے۔ اس کا مذاق نہ اڑایا جائے اور نہ ہی اس کو زبردستی اندھیرے کمرے میں دھکیلا جائے۔ اس کے بجائے کمرے کا ماحول بدلیے اور اس میں مناسب روشنی کا انتظام کیجیے۔ اس کے دروازے اور کھڑکیاں کھلی رکھیے۔ گھر کے افراد کمرے کو حسب معمول استعمال کرتے رہیں اور بچے کو بھی دن میں چار پانچ مرتبہ مختلف بہانوں سے کمرے میں لے جاتے رہیں۔ بچے کا خوف کم ہوتا چلا جائے گا۔

☆ بعض بچے کوئی کام کرنے سے اڑ جاتے ہیں، ضد کرتے ہیں، زبردستی سے کام لیا جائے تو روتے اور چیختے چلاتے ہیں۔ والدین اس طرز عمل کو اڑیل پن اور ضد سے تعبیر کرتے ہیں اور سمجھتے ہیں کہ بچہ بہت ضدی ہو گیا ہے۔ ہمیشہ تو نہیں البتہ کبھی کبھی بچے کے اس طرز عمل کے پیچھے ضد کے بجائے کوئی خوف کام کر رہا ہوتا ہے۔ مثال کے طور پر کوئی چھوٹا بچہ نہانے سے انکار کرتا ہے۔ اس سے بار بار کہا جاتا ہے اور وہ بار بار نہانے سے بھاگتا ہے، جب ماں اس کو پکڑ کر غسل خانے کی طرف لے جاتی ہے تو وہ چیخنے لگتا ہے۔ ماں کو غصہ آتا ہے۔ وہ کہتی ہے کہ منا بہت ضدی ہو گیا ہے لیکن اس کو یہ احساس نہیں ہوتا کہ یہ منے کی ضد نہیں بلکہ اس کا خوف ہے جو اس کو نہانے سے روکتا ہے۔ منے کے دل میں یہ ڈر بیٹھا ہوا ہے کہ کہیں وہ بھی نہانے کے پانی کی طرح نالی میں نہ بہہ جائے۔

یہاں ایک اور بات بھی ذہن میں رکھنی چاہیے وہ یہ کہ جس طرح بعض بچے اپنا خوف چھپائے رکھتے ہیں اور دوسروں پر ظاہر نہیں ہونے دیتے، اسی طرح بعض بچے والدین کی زیادہ توجہ حاصل کرنے، والدین کے ساتھ پلنگ پر سونے، اسکول سے غیر حاضر رہنے یا ایسی ہی کسی اور وجہ سے جھوٹ موٹ کا خوف تراش لیتے ہیں۔

آپ کا بچہ کسی شے سے خوف کھاتا ہے تو اس کے خوف کو اپنے حوالے سے مت دیکھیے۔ آپ اپنے حوالے سے دیکھیں گے تو وہ خوف مضحکہ خیز، غیر حقیقی اور نامعقول دکھائی دے گا لیکن بچے کے لیے وہ ایسا نہیں ہے۔ وہ اس کو اہم سمجھتا ہے اور حقیقی بھی، لہٰذا ضروری ہو جاتا ہے کہ بچے کے احساسات کو سمجھنے کی خاطر خوف کو اس کے حوالے سے سمجھا جائے۔

وائلڈ فلاور ٹالکم پاؤڈر
Wild Flower
Perfumed Talc
اس کی انوکھی خوشبو دیوانہ بنا دے
• فضا کو مہکائے • دل میں بس جائے • کہ سپنا سچ ہو جائے
Care Cosmetics

روشن صبح کا
روشن آغاز
کلاسک بریڈ
بہترین گندم کے آٹے سے تیار کردہ کلاسک بریڈ اپنے اعلیٰ معیار
کی وجہ سے مشہور ہے۔ صبح ناشتے میں جو غذائیت آپ کو چاہیئے وہ
کلاسک بریڈ میں ہی تو ہے، اس لئے کہ
صبح کا آغاز روشن ھی ھونا چاھئیے
Ashrafi Foods
"Quality Since 1961"

[illegible] ۔۔۔ [illegible]

سوال: [illegible] میں بہت پریشان [illegible]

جواب: [illegible] گوشت [illegible] سے [illegible] ہو جاتی ہیں۔ [illegible] کا استعمال [illegible]

[illegible] کا مرض ۔۔۔ [illegible]، ملتان

سوال: میں [illegible] مریضہ ہوں۔ آپ سے اتنا پوچھنا ہے کہ پرہیز کس طرح کروں [illegible] کیا نہ کھاؤں تاکہ میری صحت جلد بحال ہو جائے؟

جواب: آپ دودھ، دہی اور پنیر سے بنی ہوئی کوئی شے زیادہ مقدار میں نہ [illegible] بہت چکھ لیجیے۔ اس طرح گوشت کی ایک دو بوٹیوں سے زیادہ نہ کھائیے۔ گوشت زیادہ کھانے سے تکلیف ہو سکتی ہے۔ [illegible] پیسٹری، مکھن، پنیر، چٹنیوں [illegible] پرہیز کیجیے۔ [illegible] زیادتی بری ہوتی ہے۔ آپ [illegible] آپ [illegible] نہ کریں۔

[illegible] ۔۔۔ [illegible]

سوال: میرے [illegible] ہوتی ہے۔ میں [illegible] ہوتی ہے۔ مجھے [illegible] آتا ہے۔

جواب: آپ [illegible] کا شربت [illegible] استعمال کیجیے۔ [illegible] ہے۔ [illegible] کا شربت بھی مفید ہے۔ [illegible] استعمال کیجیے۔ [illegible] گوشت نہ [illegible] استعمال کیجیے۔

[illegible] ۔۔۔ جاتی ہے۔

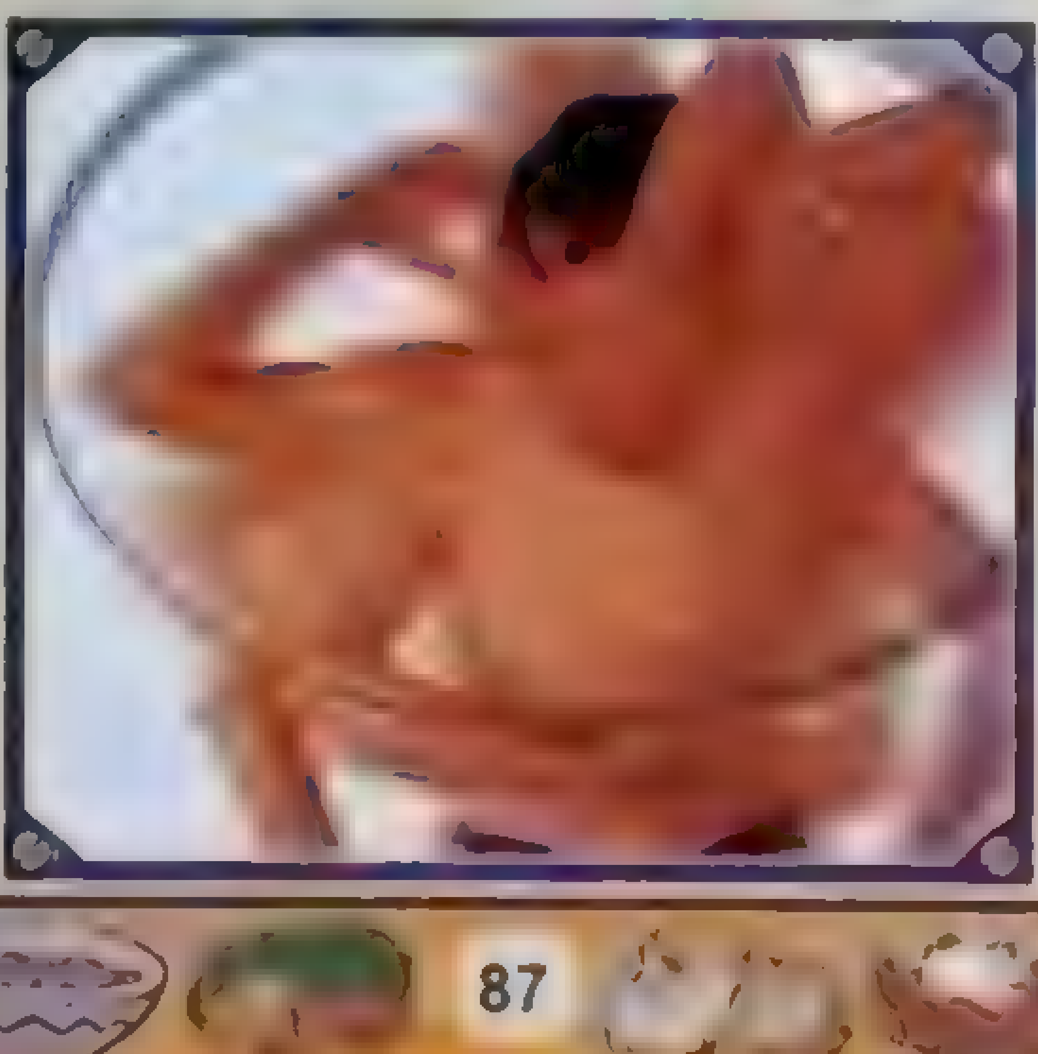
پیٹ میں گیس ۔۔۔ فریحہ الطاف، کراچی

سوال: میرے پیٹ میں گڑگڑ ہوتی رہتی ہے۔ جب کھانا کھاؤں تو فوراً گیس بنتی ہے۔ میں بہت پریشان ہوں۔ کوئی ایسی دوا بتائیے جس سے گیس نہ بنے؟

جواب: آپ کھانے کے بعد انجیر کے تین دانے چبا چبا کر کھائیے۔ صبح شام انجیر کھانی ہے۔ جب تک انجیر نہ ملے ایک گلاس گرم پانی میں شہد ایک چمچ ملائیے۔ پھر آدھے لیموں کا رس اور دس عدد کالی مرچ پیس کر ملا دیں اور پی جائیں۔ کالی مرچ کے بجائے ایک چمچ پودینے کے پتوں کا رس بھی ملا سکتے ہیں۔ بازاری اشیا نہ کھائیے۔ ان سے ہاضمہ خراب ہو جاتا ہے۔

خارش کا مرض ۔۔۔ الطاف علی، لاہور

سوال: میری عمر اکیس سال ہے۔ تین برس سے خارش میں مبتلا ہوں۔ اب یہ حال ہے کہ ہر وقت کھجاتا رہتا ہوں۔ جسم پر داغ بن گئے ہیں۔ ڈاکٹروں کو دکھایا، مرہم استعمال کیے مگر کوئی افاقہ نہیں ہوا۔ کیا میری خارش دور ہو سکتی ہے؟ بہت پریشان ہوں۔



جواب: پرہیز علاج سے بہتر ہے۔ کچھ دن کے لیے گوشت کھانا بند کر دیں۔ [illegible] گوشت [illegible] ہے۔ دن میں ایک بار گھیا پکوا کر [illegible] کھائیے۔ ایک پیالہ دہی غذا میں شامل کر لیجیے۔

آپ ایک گلاس گرم پانی میں ایک چمچ شہد اور آدھے لیموں کا رس ڈال کر پینے سے فائدہ ہوگا۔ چٹنی، تلی ہوئی اور کھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔ روزانہ [illegible] پانی سے غسل کریں۔

بچوں کے کپڑے ۔۔۔ [illegible]

سوال: کس موسم میں کس قسم کے کپڑے بچوں کو پہنانے چاہئیں تاکہ وہ صحت مند رہیں۔

جواب: آج کل بچوں کو سوتی کپڑے پہنانے چاہئیں۔ گرمی کے موسم میں آپ انہیں ململ یا لان کے کپڑے بھی پہنا سکتے ہیں۔ سوتی کپڑے پسینہ جذب کرتے ہیں۔ دوسرے کپڑوں سے بچوں کو الرجی ہو جاتی ہے۔ سردی کے موسم میں آپ کھدر اور فلالین کے کپڑے پہنائیے۔ بچوں کے کپڑے ڈھیلے ڈھالے ہونے چاہئیں۔ تنگ جانگیہ کبھی نہ پہنائیے، اس سے نشان پڑ جاتے ہیں۔

لہسن، شہد اور سرکہ ۔۔۔ کنول، لاہور

سوال: لہسن، سرکہ اور شہد کے فوائد بتائیے۔

جواب: لہسن زمانہ قدیم سے مختلف بیماریوں کے علاج میں استعمال ہو رہا ہے۔ جسمانی دماغی طاقت کے لیے بھی اسے مختلف طریقوں سے کھایا جاتا ہے۔ گٹھیا، ریح کے درد، نمونیا، بھوک نہ لگنا، لقوہ اور جلدی امراض میں یہ فائدہ مند ہے۔ اسی طرح سرکہ کو طب نبوی ﷺ میں بڑی اہمیت حاصل ہے۔ اس کے بھی کئی فوائد ہیں۔ عام طور پر پیاز اور سرکہ برسات میں استعمال کیا جاتا ہے تاکہ وبائی اثرات سے بچاؤ ہو۔ یہ کھانے کو ہضم کرتا اور بھوک بڑھاتا ہے۔ جلدی بیماری میں مختلف ادویہ کو سرکے میں پکا کر استعمال کیا جاتا ہے۔ سرکہ فوراً بدن میں جذب ہو کر شفا بخش عمل شروع کر دیتا ہے۔

ہمارے پیارے رسول ﷺ کو شہد بہت مرغوب تھا۔ جدید سائنسی تحقیق کے مطابق بھی شہد مکمل غذا ہے۔ جسم کے اندر چھپے ہوئے فاسد مادے تحلیل کر کے معدے کی غلاظت کو دور کرتا ہے۔ جسم بھی کئی امراض سے محفوظ رہتا ہے۔ یہ پھیپھڑوں کی بیماری میں بے حد مفید ہے۔

ان تینوں اشیاء کی افادیت کے پیش نظر حکمانے یہ نسخہ ترتیب دیا۔ ایک پیالہ [illegible] اور ایک پیالہ شہد میں لہسن کے آٹھ دانے چھیل کر ملائیے۔ انہیں [illegible] میں ڈال کر اچھی طرح حل کیجیے اور آٹھ دن فریج کے نچلے خانے میں رکھیے۔ نویں دن سے صبح نہار منہ ایک بڑا چمچہ یہ آمیزہ پی کر آدھ گھنٹے بعد ناشتہ کر لیجیے۔ صرف پندرہ دن بعد ہی مثبت اثرات ظاہر ہوں گے۔

کول لائین
پریکلی ہیٹ پاوڈر
فریش ہوجاؤ
Science of Care is the art of Beauty
دلفریب مہک خوشگوار ٹھنڈک
Care
Coolin
PRICKLY HEAT POWDER
EXTRA COOL with Menthol
Care Cosmetics (International)
ISO 9001:2000 & ISO 14001 CERTIFIED COMPANY

[illegible] اب کے مرکز میں ٹیکس زیادہ نہیں لگے۔ کسی [illegible] سے اس قسم کا بیان نہیں آیا جس طرح کا ہم نے دو تین سال پہلے [illegible] تھا۔ جب ہوٹلوں اور ریستورانوں کے کھانے پر ایکسائز ٹیکس عائد ہوا [illegible]

[illegible] نے والی اور سوئے ہوؤں کو چونکانے والی خوف ناک، [illegible] فلمیں نہ دکھاتے تو یہ قوم خواب غفلت میں غرق ہوتی اور ملک کا دفاع کمزور ہو جاتا۔ پنڈت کوکا، کو آنجہانی ہوئے تو صدیاں ہو گئیں، ان کو عشق کے آداب کون سکھاتا۔

پس جناب والا گزارش ہے کہ

یہ فرض کرتے ہوئے کہ جوتوں، کپڑوں، گھی وغیرہ پر بھی ڈیوٹی لگی ہے جیسی [illegible] کا کرتی تھی۔ ہم اپنے توسن خیال کو یوں بڑھاتے ہیں بلکہ کالم کے [illegible]

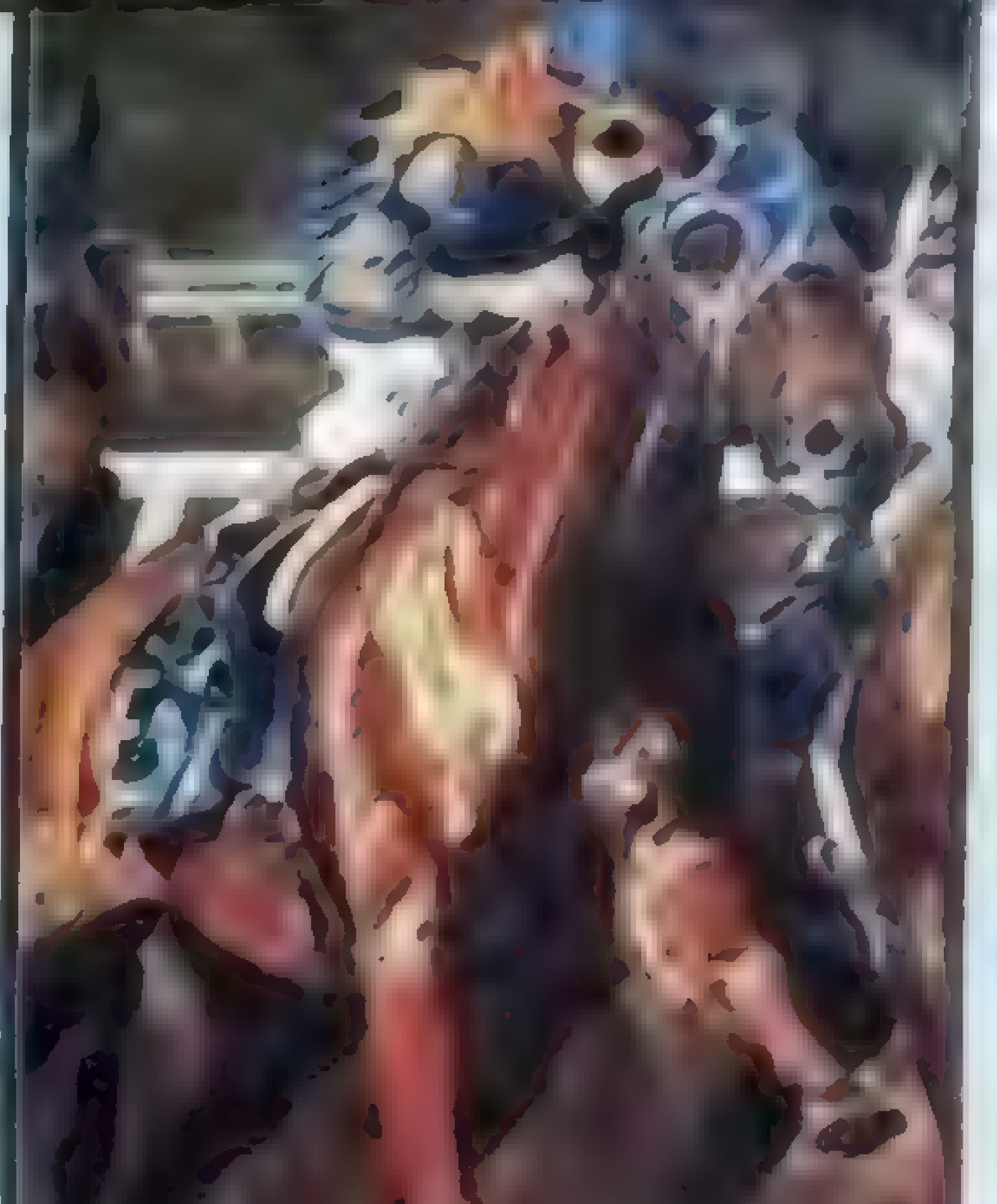
[illegible] بنا دیا جائے۔

[illegible]

جناب والا، [illegible] خیر مقدم کرتے ہیں۔ [illegible] جس سے ہمارے کام کا حرج ہوتا ہے۔ ہم [illegible] آپ کو زیادہ [illegible]

بجٹ کی باتیں

ابن انشا



ہوٹل ڈیوٹی پر مبارکباد

جناب والا، نے مرکزی بجٹ میں بڑے ہوٹلوں پر جو دس فیصد ایکسائز ڈیوٹی لگی ہے، اس کا ہم تہ دل سے خیر مقدم کرتے ہیں۔

لیکن جناب والا، [illegible] ہوٹلوں کا مقصد شہریوں اور مسافروں کی بے لوث خدمت [illegible] ایسی ڈیوٹی کا نافذ کرنا [illegible]۔ لہٰذا ہم ملتمس ہیں [illegible]

[illegible] کے اشتہارات اخباروں میں دیکھنا چاہتے تھے۔

گھوڑدوڑ پر ٹیکس بہت ضروری تھا

حضور والا، آپ نے گھوڑدوڑ کے ٹکٹوں پر جو ایک روپیہ فی ٹکٹ ٹیکس لگایا ہے اس کا ہم فلم ڈسٹری بیوٹرز ایسوسی ایشن والے تہ دل سے خیر مقدم کرتے ہیں۔ بعض لوگ شکایت کریں گے کہ یہ کم ہے۔ یہ ملک اس لیے نہیں بنایا گیا تھا کہ یہاں گھوڑدوڑ ہو بلکہ اس لیے کہ یہاں فلمیں بنائی جائیں اور لوگوں کو دکھائی جائیں تاکہ ان میں دشمن کو للکارنے اور بڑھک مارنے کی اہلیت پیدا ہو۔

جناب والا، آپ نے گھوڑدوڑ کے ٹکٹوں کے ساتھ ساتھ سینما کے ٹکٹوں پر جو ٹیکس لگایا ہے، اس سے لوگوں کو یہ گمان ہو سکتا ہے کہ آپ گھوڑے گدھے میں فرق نہیں کرتے۔ سینما وقت کی اہم ضرورت ہے۔ اگر ہم لوگوں کو راتوں

سینما پر ٹیکس کا خیر مقدم

حضور والا، نئے بجٹ میں سینما کے ٹکٹوں پر جو ٹیکس لگایا گیا ہے، وہ ہر لحاظ سے مستحسن ہے اور موجودہ حکومت کے انقلابی اور عوامی ہونے کا ناقابل تردید ثبوت ہے۔ سینما سے اخلاق بھی خراب ہوتا ہے اور آنکھیں بھی۔ جوتوں سے نہ اخلاق خراب ہوتا ہے نہ آنکھیں بلکہ اسکول کالج کی طالبات اس سے بعض بعض لوگوں کے اخلاق درست کرنے کا کام بھی لیتی ہیں۔

جناب والا، جوتے بھی گھی کی طرح کام کی چیز ہیں۔ غریب انہیں پہنتے ہیں اور قومی خدمت گار ان میں دال بانٹتے ہیں۔ بس گزارش ہے کہ جوتوں پر سے ٹیکس ختم کر کے مینوفیکچررز ایسوسی ایشن کی دعائیں لی جائیں۔

جوتوں پر ٹیکس ضروری تھا

حضور والا، آپ نے جوتوں پر ٹیکس لگا کر جو جوتوں والوں کو جوتا دیا ہے، اس لیے آپ کی جتنی بھی تعریف کی جائے کم ہے۔ امید ہے اب ان لوگوں کا دماغ ٹھکانے آ گیا ہوگا لیکن جناب والا کاغذ پر ڈیوٹی انصاف سے بر اسر بعید ہے۔ ہم تاجران کتب، اخبارات فروغ تعلیم [illegible] ہم اپیل کرتے ہیں کہ یہ نئی ڈیوٹی فوراً منسوخ کی جائے [illegible]۔

کاغذ پر ڈیوٹی ضروری تھی

جناب والا، ہم آپ کو کاغذ پر ڈیوٹی لگانے پر مبارکباد دیتے ہیں، یہ بہت ضروری تھی۔ آخر کتابوں اخباروں کا کیا فائدہ ہے۔ یہ چیزیں بے کار نہ ہوتیں تو لوگ ان کو ردی میں کیوں بیچتے۔ محض کاغذ کے سستا اور سہل الحصول ہونے کے باعث بے شمار لوگوں نے مصنف یا اخبار نویس بن کر اپنا مستقبل تباہ کر لیا ہے البتہ جناب والا ہم تاجران کے بناسپتی گھی کو ایکسائز ڈیوٹی سے مستثنیٰ کیا جائے کیونکہ اس کا ماماتا سے گہرا تعلق ہے جو ایک مقدس جذبہ ہے۔

بناسپتی گھی پر ڈیوٹی اور بڑھائی جائے

حضور انور، آپ نے بناسپتی گھی پر ڈیوٹی عائد کر کے قوم کے دلوں کی آواز سن لی۔ ہم نے ان لوگوں کا اشتہار دیکھا ہے۔ جناب والا، سگریٹ ایک معاشرتی ضرورت ہے جب کہ آپ نے ٹی وی اشتہاروں میں دیکھا ہوگا۔ محبوب کو اپنے قدموں میں لا گرانے کا واحد نسخہ یہ ہے کہ اس کے سامنے سگریٹ پیا جائے۔ حضور والا، سگریٹ کے اور بھی بہت سے فائدے ہیں۔ اس سے کھانسی ہوتی ہے، دمہ ہوتا ہے، دوائیں بکتی ہیں۔ فن طب کو فروغ ہوتا ہے۔ گورکنوں کا معیار زندگی بلند ہوتا ہے۔ پس سگریٹ پر سے نیا

جائے، پیش نہ لگائی جائے۔ ہم پارچہ باف ہیں۔ یہ الگ بات ہے کہ [illegible] رفتار نے ہمیں جعلی بنا کر رکھ دیا ہے۔

EU cream
Herbal
HAIR REMOVER
Natural Herbal Essence
Enriched
اپنی جلد کو چھو کر دیکھئے
ریشم جیسی، بارش کی بوندوں جیسی
یو کریم
ہربل ہئیر رموور
کریم اینڈ لوشن
EU cream
EU cream
EU cream

شادی بیاہ کی رسومات

خوشی کا اظہار یا فضول خرچی

[illegible]

یہ شادی کی ابتدائی رسم ہے۔ خصوصی طور پر دلہن کے حوالے سے اس کو زیادہ اہتمام اور جوش و خروش سے منایا جاتا ہے۔ اس رسم کا آغاز تقریباً ایک ہفتے قبل کر دیا جاتا ہے۔ دلہن کو پیلا جوڑا پہنا کر اسے ایک مخصوص اور علیحدہ کمرے میں بٹھایا جاتا ہے۔ ہر روز دلہن کی بہنیں اور سہیلیاں نہایت پیار دلار سے اس کے ابٹن ملتی ہیں تاکہ شادی والے دن اس کے جسم سے بھینی بھینی مہک اٹھے اور جلد میں دل کشی اور ملائمت پیدا ہو۔ اب تو یہ عمل پارلرز میں انجام دیا جانے لگا ہے اور اس رسم کا وجود محض ہنگامے اور ہلّو بازی کے لیے قائم دائم ہے۔ پھر بھی عین مایوں والے دن سات سہاگنیں دلہن کے ہاتھ پر ابٹن رکھتی ہیں، ہار پھول پہناتی ہیں، مایوں کے گیت گائے جاتے ہیں اور ایک دوسرے پر ابٹن ملتے ہوئے خوب شور و غل اور ہنگامہ مچایا جاتا ہے۔

یہ شادی کی سب سے معروف اور پسندیدہ رسم ہے۔ لڑکیاں اور لڑکے غل غپاڑہ مچانے کے لیے اس دن کا شدت سے انتظار کرتے ہیں۔ سبز لباس، مہندی سے سجے اور چوڑیوں سے بھرے ہاتھ اس دن کی خاص روایت اور پہچان ہیں۔ یہ رسم عموماً دو مرحلوں میں طے پاتی ہے۔ سب سے پہلے دولہا کی بہنیں اور رشتہ دار خواتین مہندی اور ابٹن سے سجے تھالوں کے ساتھ نہایت دھوم دھڑکے کے ساتھ سبز لباس میں ملبوس دلہن کو مہندی لگانے آتی ہیں اور پھر دلہن والے دولہا کے گھر مہندی لے کر جاتے ہیں اور اس موقع پر بہنیں دولہا سے مہندی لگانے کا نیگ وصول کرتی ہیں۔ دونوں دن گانے بجانے کا خوب زور و شور سے مقابلہ ہوتا ہے۔ غرض یہ کہ خوب ہنگامہ اور دھما چوکڑی ہوتی ہے، جب کہ دونوں جانب سے ظاہری شوشا پر روپیا پانی کی طرح بہایا جاتا ہے۔

مایوں اور مہندی کی رسومات کے بعد شادی کی سب سے اہم تقریب منعقد ہوتی ہے۔ دلہن اور دولہا کو بہترین عروسی لباس اور دیگر آرائشی لوازمات سے آراستہ کیا جاتا ہے۔ انہیں خوب سنوارا اور سجایا جاتا ہے۔ آنے والے پُر مسرت لمحات اور پُر کیف احساسات کی بدولت دونوں کے چہروں پر خوشی کے رنگ [illegible] ہوتے ہیں۔ نکاح کے بعد [illegible] کا عمل آتا ہے۔ آرسی مصحف [illegible] [illegible] ہیں۔

اس تقریب کا سب سے آخری مرحلہ رخصتی ہے۔ اشک بہاتی دلہن کو قرآن پاک کے سائے میں والدین، بہن بھائیوں، عزیز و اقارب اور دوست احباب کی دعاؤں اور نیک تمناؤں کے ساتھ وداع کیا جاتا ہے اور اس موقع پر ہر آنکھ اشک بار ہو جاتی ہے اور ہر دل صرف یہی دعا کرتا ہے کہ "اے ربّ اس نئے جوڑے کو زندگی کے اس نئے سفر پر، ڈھیر ساری خوشیوں سے ہمکنار کرنا اور اسے زمانے کے سرد و گرم سے محفوظ رکھنا۔" (آمین)

دین اسلام میں شادی کو اہم فریضے اور ولیمہ کو سنتِ رسول ﷺ کی حیثیت حاصل ہے۔ ولیمے کی تقریب کو عموماً دولہا والوں کی دعوت سے تعبیر کیا جاتا ہے۔ جس میں دولہا دلہن کے اہل خانہ، رشتے دار اور دوست احباب شریک ہوتے ہیں اور دیگر تقاریب کی طرح ولیمہ کے اختتام پر بھی مہمانوں کی تواضع پُر تکلف پکوان سے کی جاتی ہے۔ آج کل اس سلسلے میں بھی کئی مسائل جنم لے رہے ہیں۔ پابندی کے باعث جہاں ایک جانب اس خرچ سے بچنے کے آثار پیدا ہوئے۔ وہیں چند قریبی یا دوسرے بلکہ صاف لفظوں میں وی آئی پی قسم کے مہمانوں کے لیے علیحدہ سے عشائیے کا بندوبست کرنا مزید دشواریوں اور نمود و نمائش کا باعث بن رہا ہے۔

مندرجہ بالا رسمیں شادی کی نمایاں رسمیں ہیں، جب کہ ان کے علاوہ چوتھی اور دیگر دعوتوں اور چھوٹی چھوٹی رسومات کا سلسلہ جاری رہتا ہے۔ جہیز، پکوان، آرائش اور دیگر ضروری و غیر اخراجات کی آمد میں مستقل اضافہ ہوتا رہتا ہے۔ ہم یہ نہیں کہتے کہ ان رسومات کا سرے سے ہی خاتمہ کیا جائے، بلکہ کم از کم غیر ضروری اور فضول رسموں کی حوصلہ شکنی تو ضرور کی جانی چاہیے، کیوں کہ جو لوگ ان رسموں کے شکنجے سے بچنے کی کوشش کرتے ہیں وہ ضروری اور اہم احکامات کی بھی پیروی نہیں کر پاتے۔ یہ رسمیں اپنی موجودہ اور روز بہ روز بگڑتی ہوئی شکل میں اس معاشرے کو گھن کی طرح چاٹ رہی ہیں۔ ضرورت اس امر کی ہے کہ اس کی اصلاح کی جائے اور ان میں صرف خوشیوں کا رنگ ہی شامل کیا جائے نہ کہ انہیں ایک بوجھ اور تکلیف دہ عمل کی شکل دی جائے۔

تبٰرَکَ الَّذِیْ جَعَلَ فِی السَّمَآءِ بُرُوْجًا وَّجَعَلَ فِیْهَا سِرٰجًا وَّقَمَرًا مُّنِیْرًا

آپ کے ستارے کیا کہتے ہیں؟

آپ سیلئے کون سا سال مہینہ دن بہتر رہے گا؟ محبت شادی اور دیگر معاملات میں کب کامیابی ملے گی؟

معروف ماہر فلکیات سید محمد علی قادری سے راہنمائی حاصل کریں۔

اسکے علاوہ قادری صاحب آپکے دنیاوی مسائل کا حل قرآنی آیات اور اسماء الٰہی سے پیش کرتے ہیں۔

سید محمد علی قادری

☆ میری شادی اپنوں میں ہوگی یا غیروں میں' نام کا پہلا حرف کیا ہوگا؟ شادی کب تک ہونے کا امکان ہے' کیا غیر ملک سفر کا امکان ہے؟ (راؤ سنندر۔ بہاولنگر)

● آپ کی شادی اپنوں میں ہوگی اور جس سے ہوگی' اس کا نام کا پہلا حرف الف' ن یا ش ہوگا۔ 2009ء میں بیرون ملک سفر کے امکانات پیدا ہو رہے ہیں' آپ کی شادی اگست 2011ء میں ہونے کا امکان ہے۔

☆ ایبٹ آباد شہر میں کریانہ اسٹور ہے' کام کافی اچھا ہے جبکہ میرا چھوٹا بھائی جو کہ دبئی میں پچھلے دس برس سے ایک کمپنی میں ملازمت کر رہا ہے' وہ بضد ہے کہ میں اپنا یہ کام چھوڑ کر اس کے پاس چلا جاؤں لہٰذا میں ایسا کرنا نہیں چاہ رہا' مجھے بتائیں میری قسمت میں کیا کرنا صحیح رہے گا؟ (ارسلان احمد۔ ایبٹ آباد)

● محترم آپ کی قسمت میں فی الحال پانچ برس تک کسی بھی ملک کا سفر نہیں ہے۔ ویسے بھی بیرون ملک جانا آپ کے لیے صحیح نہیں ہے' اپنا ذاتی کام کریں' اس میں کافی فائدہ ہوگا۔

☆ کیا میری شادی "ظ" سے ہو جائے گی؟ میرا سیارہ کون سا ہے؟ میرے لیے مناسب پتھر بھی تجویز کر دیں۔ (نائلہ عدنان۔ لالہ موسیٰ)

● آپ کی شادی ظ سے ہونے میں رکاوٹیں معلوم ہو رہی ہیں۔ سیارہ شمس ہے' آپ کے لیے مناسب پتھر فیروزہ' یاقوت رہے گا۔ شادی غیروں میں ہوگی اور جس سے ہوگی' اس کے نام کا پہلا حرف ذ' م یا ش ہوگا۔

☆ ایف ایس سی کی تیاری کر رہی ہوں' میرے لیے اس میں کتنی کامیابی ہے جبکہ میڈیکل کا شعبہ میرے لیے کیسا رہے گا۔ (اُمِ عمارہ۔ ملیر کینٹ)

● اگر آپ نے امتحان میں کامیابی کے لیے واقعی کوشش کی تو بہت کامیاب رہیں گی اور تعلیم جاری رکھیں' میڈیکل کا شعبہ آپ کے لیے بہت بہتر ثابت ہوگا۔

☆ شادی خاندان میں ہوگی یا غیروں میں' نام کا پہلا حرف کیا ہوگا؟ ازدواجی زندگی کیسی گزرے گی اور شادی کے امکانات کب تک ہیں؟ (امیر اللہ خٹک۔ کراچی)

● آپ کی شادی غیروں میں ہوگی' جس سے ہوگی اس کے نام کا پہلا حرف ع' ح یا س سے ہوگا' شادی کے بعد زندگی اچھی گزرے گی' شادی جولائی 2011ء میں ہونے کے امکانات ہیں۔

☆ خالہ کے گھر رشتہ کرنا چاہ رہا ہوں مگر وہ کسی وجہ سے مان نہیں رہے' کیا میرا رشتہ اس جگہ ہو جائے گا' کب تک اور کیسا رہے گا۔ (اعظم خان۔ کوئٹہ)

● کوشش کریں رشتہ ہو جائے گا اور بہت پر سکون زندگی بسر کریں گے۔

☆......السلام علیکم' قادری صاحب! آپ سے مشورہ کر کے ٹرانسپورٹ کا کام شروع کیا ہے' اللہ کے فضل اور آپ کی دعا سے کام بہت اچھا چل پڑا ہے اور گھر کے مالی حالات بھی بہتر ہو گئے ہیں۔ اللہ آپ کو مزید ترقی دے اور آپ یونہی لوگوں کی دعائیں لیتے رہیں' لوح کے بارے میں راہنمائی فرما دیں کہ اس کا کیا کروں؟ (فیض علی' کراچی)

●......اللہ کا شکر ادا کریں اور دو نفل شکرانے کے پڑھیں۔ لوح کو ٹھنڈا کر دیں' وظیفے کی ایک ایک تسبیح صبح و شام جاری رکھیں۔

☆......شاہ صاحب' السلام علیکم! عرصہ دراز سے میں مختلف بیماریوں کا شکار تھی' بہت علاج کروایا لیکن ایک ختم ہوتی تو دوسری شروع ہو جاتی تھی' آپ سے مشورہ کیا تو آپ نے لوحِ شفا اور وظیفہ پڑھنے کے لیے اور پینے کے لیے پانی دیا' اب میں بہت بہتر ہوں' مزید راہنمائی کر دیں۔ (فرزانہ' ملتان)

●......بیٹی! مکمل صحتیابی تک پانی کا استعمال جاری رکھیں اور وظیفے کو اپنا معمول بنالیں۔

☆......محترم اسکالر صاحب' السلام علیکم! میرے خاوند پر جھوٹا کیس بنا کر مقدمہ چلایا گیا اور اس میں سزا سنائی گئی' اپنی سی پوری کوشش کی مگر کچھ نہ ہو سکا' میں اکیلی عورت ذات اور چھوٹے چھوٹے بچے' کچھ سمجھ میں نہیں آ رہا تھا کہ کیا کروں کہ میری ایک ہمسائی جو آپ سے علاج کروا چکی تھی' اس نے آپ سے مشورہ کرنے کا کہا' جب میں نے فون پر بات کی تو آپ نے "لوحِ فتاح" منگوانے کا کہا اور وظیفے کے متعلق بتایا۔ اللہ کا کرم ایسا ہوا کہ کچھ دنوں بعد ہی کیس Reopen ہوا اور تحقیقات کا سلسلہ دوبارہ چلا' میرے خاوند باعزت بری ہو گئے۔ ہم دونوں آپ کے بہت شکرگزار ہیں کہ میں ناامید ہو چکی تھی اور میرے خاوند شرمندگی سے سر نہ اٹھایا کرتے تھے' اب تو ہم ہر وقت آپ کو دعائیں دیتے ہیں۔ لوح کے بارے میں بتا دیں' اس کا کیا کروں؟ (رابعہ' لاہور)

●......اللہ کی ذات سے کبھی ناامید نہیں ہوتے۔ لوح کو ٹھنڈا کر دیں اور حسبِ توفیق کچھ پیسے صدقہ کر دیں۔ نماز کی پابندی کا خاص خیال رکھیں۔

☆ محترم قادری صاحب' السلام علیکم! میرا جنرل اسٹور شروع میں تو بہت اچھا چل رہا تھا' تقریباً دو سال ہوئے آمدنی کم ہوتی گئی یہاں تک کہ فاقوں تک نوبت آ گئی' ایک دن میرا دوست ملنے آیا تو اس کو میں نے اپنے حالات بتائے' اس نے مجھے مشورہ دیا کہ آپ سے بات کروں' میں نے فون کر کے اپنے حالات بتائے' آپ نے وظیفہ پڑھنے کو کہا' کچھ دنوں کے بعد ہی میری آمدنی میں اضافہ ہونا شروع ہو گیا' میں دن رات آپ کو دعائیں دیتا ہوں' اب آپ بتائیں میں وظیفہ اور کتنے دن پڑھوں؟ (توقیر احمد' کراچی)

●......آپ مزید 21 دن اسی وظیفے کو جاری رکھیں' اور نماز کی پابندی کا خاص خیال رکھیں۔

☆......قادری صاحب! میری چھوٹی بہن بہت بیمار تھی' علاج میں کوئی کسر نہیں چھوڑی تھی لیکن پھر بھی بیماری جاتی نہیں تھی' آپ کو خط لکھا تو آپ نے لوحِ شفا ارسال کی' اب میری بہن کو آرام ہے' آپ سے یہ پوچھنا ہے کہ لوح کا کیا کرنا ہے؟ (صفیہ' راولپنڈی)

●......لوح کو مزید 3 ماہ اپنے پاس رکھیں اور جو وظیفہ دیا ہے' اسے پانی پر دم کر کے استعمال کرتی رہیں۔ نماز کی پابندی کا خاص خیال رکھیں۔

☆......قادری صاحب! آپ نے مجھے شادی کے لیے "لوحِ مرمر" ارسال کی تھی اور وظیفہ پڑھنے کو کہا تھا جس کی برکت سے میری شادی ہو گئی' اب آپ سے یہ پوچھنا ہے کہ لوح کا کیا کروں اور وظیفہ کتنے دن جاری رکھوں۔ (مہوش' پشاور)

●......بیٹا لوح کو دریا یا سمندر میں ٹھنڈا کرا دیں اور وظیفہ پڑھنا بند کر دیں۔ نماز کی پابندی کا خاص خیال رکھیں۔

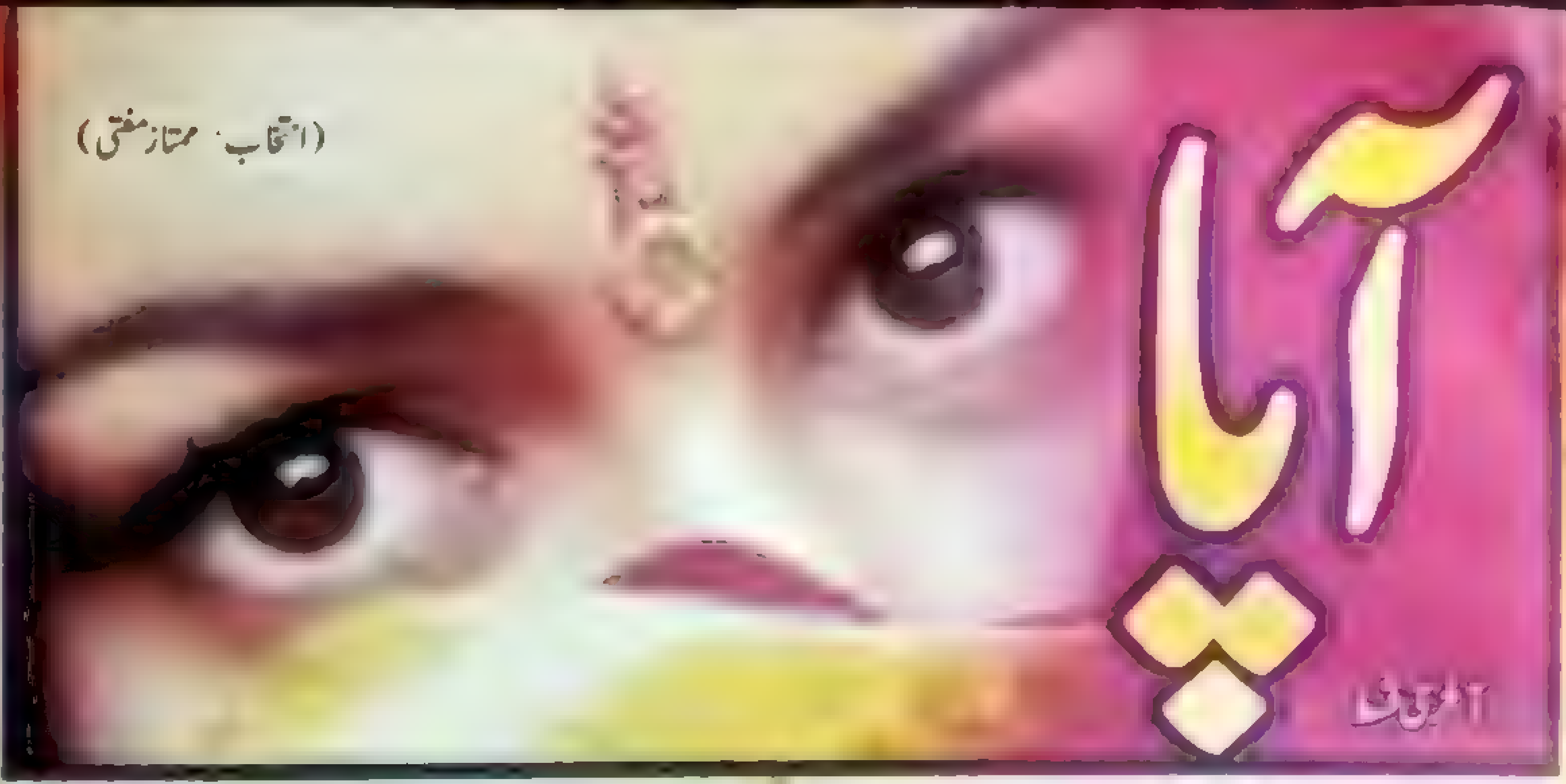
☆......قادری صاحب میں آپ کی بے حد مشکور ہوں کہ آپ نے جو مجھے لوح اور وظیفہ پڑھنے کے لیے دیا تھا اس سے میرا بیٹا اب میرا کہنا ماننے لگا ہے اور پڑھائی میں بھی ٹھیک ہے' مزید راہنمائی فرما دیں۔ (کوثر بی بی' اسلام آباد)

●...... جب بھی امتحان قریب ہوں' اس وقت یہی وظیفہ پانی پر دم کر کے بیٹے کو پلا دیا کریں اور لوح کو ایک سال تک حفاظت سے رکھیں۔

O......O......O

نوٹ: خط لکھتے وقت اپنا نام' اپنی والدہ کا نام' تاریخ پیدائش اور وقتِ پیدائش ضرور لکھیں۔ براہ راست جواب کیلئے جوابی لفافہ ساتھ بھیجیں۔

رابطے کے لیے A-911 سیکٹر 11-B' نارتھ کراچی' نزد ٹیلی فون ایکسچینج' کراچی۔ موبائل: 0300-2756587
E-mail: mashal_e_raah@yahoo.com / mashal_e_raah1@hotmail.com



آپا

(انتخاب: ممتاز مفتی)

ان ہی دنوں میری خالہ زاد بہن ساجدہ جسے ہم سب ساجو باجی کہا کرتے تھے، میٹرک کا امتحان دینے ہمارے گھر آ ٹھہری۔ ساجو باجی کے آنے پر ہمارے گھر میں رونق ہو گئی۔ ہمارا گھر بھی قہقہوں سے گونج اٹھا۔ ساحرہ اور ثریا چارپائیوں پر کھڑی ہو کر باجی سے باتیں کرتی رہتیں۔ بدو چھاجو باجی، چھاجو باجی چیختا پھرتا اور کہتا۔ "ہم تو چھاجو باجی سے بیاہ کریں گے۔"

باجی کہتی۔ "شکل تو دیکھو اپنی، پہلے منہ دھو آؤ۔" پھر وہ بھائی صاحب کی طرف یوں گردن موڑتی کہ کالی کالی آنکھوں کے گوشے مسکرانے لگتے اور پنچم تان میں پوچھتی۔ "ہے نا بھائی جان کیوں جی؟"

باجی کے منہ سے "بھئی جان" کچھ ایسا بھلا سنائی دیتا کہ میں خوشی سے پھولی نہ سماتی۔ اس کے برعکس جب کبھی آپا "بھائی صاحب" کہتی تو کیسا بھدا معلوم ہوتا۔ گویا وہ واقعی انہیں بھائی کہہ رہی ہو اور پھر "صاحب" جیسے حلق میں کچھ پھنسا ہوا ہو مگر باجی "صاحب" کی جگہ "جان" کہہ کر اس سارے لفظ میں جان ڈال دیتی تھی۔ "جان" کی گونج میں بھائی دب جاتا اور یہ محسوس ہی نہ ہوتا کہ وہ انہیں بھائی کہہ رہی ہے۔

اس کے علاوہ "بھئی جان" کہہ کر اپنی کالی کالی چمکدار آنکھوں سے دیکھتی اور آنکھوں ہی آنکھوں میں مسکراتی تو سننے والے کو قطعی یہ گمان نہ ہوتا کہ اسے بھائی کہا گیا ہے۔ آپا کے "بھائی صاحب" اور باجی کے "بھائی جان" میں کتنا فرق تھا۔

باجی کے آنے پر آپا کا بیٹھ رہنا بالکل بیٹھ رہنا ہی رہ گیا۔ بدو نے بھائی جان سے ملنا چھوڑ دیا۔ وہ باجی کے گرد طواف کرتا رہتا اور باجی بھائی جان سے کبھی شطرنج کبھی کیرم کھیلتی۔

باجی کہتی۔ "بھئی جان ایک بورڈ لگے گا" یا بھائی جان کی موجودگی میں بدو سے کہتی "کیوں میاں بدو! کوئی ہے جو ہم سے شطرنج میں پٹنا چاہتا ہو؟" باجی بول اٹھتی۔ "آپ سے پوچھئے۔" بھائی جان کہتے۔ "اور تم؟" باجی جھوٹ موٹ کی سوچ میں پڑ جاتی، چہرے پر سنجیدگی پیدا کر لیتی بھویں سمیٹ لیتی اور تیوری چڑھا کر خفگی جتاتی پھر ہنستی۔ "اونہہ مجھ سے آپ پٹ جائیں گے۔" بھائی جان کھلکھلا کر ہنس پڑتے اور کہتے۔ "کل جو پٹی تھیں بھول گئیں کیا؟" وہ جواب دیتی۔ "میں نے کہا چلو بھئی جان کا لحاظ کرو۔ ورنہ دنیا کیا کہے گی مجھ سے ہار گئے۔" اور پھر یوں ہنستی جیسے گھنگھرو بج رہے ہوں۔

رات کو بھائی جان باورچی خانے میں ہی کھانا کھانے بیٹھ گئے۔ آپا چپ چاپ چولہے کے سامنے بیٹھی تھی۔ بدو چھاجو باجی، چھاجو باجی کہتا ہوا باجی کے پیچھے پڑا اس کے آس پاس گھوم رہا تھا۔ باجی بھائی جان کو چھیڑ رہی تھی۔ "بھئی جان تو صرف سالن کے چھ پھلکے کھاتے ہیں۔ اس سے زیادہ کی پیٹ میں جگہ ہی نہیں۔ [illegible] بھی کیا۔ نہ جانے [illegible] میں۔ نہیں جو خوش رہتا ہے، ہے نا بھائی جان۔" ہم سب اس بات پر خوب ہنسے۔ پھر باجی ادھر ادھر ٹہلنے لگی اور آپا کے پیچھے جا کھڑی ہوئی۔ آپا کے پیچھے [illegible] پڑی تھی۔ باجی نے [illegible] کا [illegible] اٹھا لیا۔ [illegible] باجی وہ کشتی بھائی جان کی طرف لے آئی۔ "بھئی جان" اس نے آنکھوں میں ہنستے ہوئے کہا۔ "آپ بھی کیا کہیں گے کہ ساجو باجی نے کبھی کچھ کھلایا ہی نہیں۔"

بھائی جان نے وہ تین نوالے منہ میں ڈال کر کہا "خدا کی قسم بہت اچھا بنا ہے، کس نے بنایا ہے؟" ساجو باجی نے آپا کی طرف [illegible] سے دیکھا اور ہنستے ہوئے کہا۔ "ساجو باجی نے اور کس نے بھئی جان کیلئے۔" بدو نے آپا کی منہ کی طرف غور سے دیکھا۔ آپا کا منہ لال ہو رہا تھا۔ بدو چلا اٹھا "میں بتاؤں بھائی جان؟" آپا نے بدو کے منہ پر ہاتھ رکھ دیا اور اسے گود میں اٹھا کر باہر چلی گئی۔ باجی کے قہقہوں سے کمرہ گونج اٹھا اور بدو کی بات آئی گئی ہو گئی۔ بھائی جان نے باجی کی طرف دیکھا۔ پھر جانے انہیں کیا ہوا۔ منہ کھلا کا کھلا رہ گیا۔ آنکھیں باجی کے چہرے پر گڑ گئیں۔ جانے کیوں میں نے محسوس کیا جیسے کوئی زبردستی مجھے کمرے سے باہر گھسیٹ رہا ہو۔ میں باہر چلی آئی۔ باہر آپا، الگنی کے قریب کھڑی تھی۔ اندر بھائی صاحب نے مدھم آواز میں کچھ کہا۔ آپا نے کان سے دوپٹہ سرکا دیا۔ پھر باجی کی آواز آئی۔ "چھوڑیئے چھوڑیئے" اور خاموشی چھا گئی۔

اگلے دن ہم صحن میں بیٹھے تھے۔ اس وقت بھائی جان اپنے کمرے میں پڑھ رہے تھے۔ بدو بھی کہیں ادھر ادھر کھیل رہا تھا۔ باجی حسب معمول بھائی جان کے کمرے میں چلی گئی، کہنے لگی۔ "آج جیت کر دکھاؤں۔ کیا رائے ہے آپ کی؟" بھائی جان بولے "واہ، یہاں سے ٹک لگاؤں تو جانے کہاں جا پڑو۔" غالباً انہوں نے باجی کی طرف زور سے پیر چلایا ہوگا۔ وہ بناوٹی غصے سے چلائی۔ "واہ آپ تو ہمیشہ پیر ہی سے چھیڑتے ہیں!" بھائی جان معاً بول اٹھے۔ "تو کیا ہاتھ سے ...." "چپ ... خاموش" باجی چیخی۔ اس کے بھاگنے کی آواز آئی۔ ایک منٹ تک تو پکڑ دھکڑ سنائی دی۔ پھر خاموشی چھا گئی۔

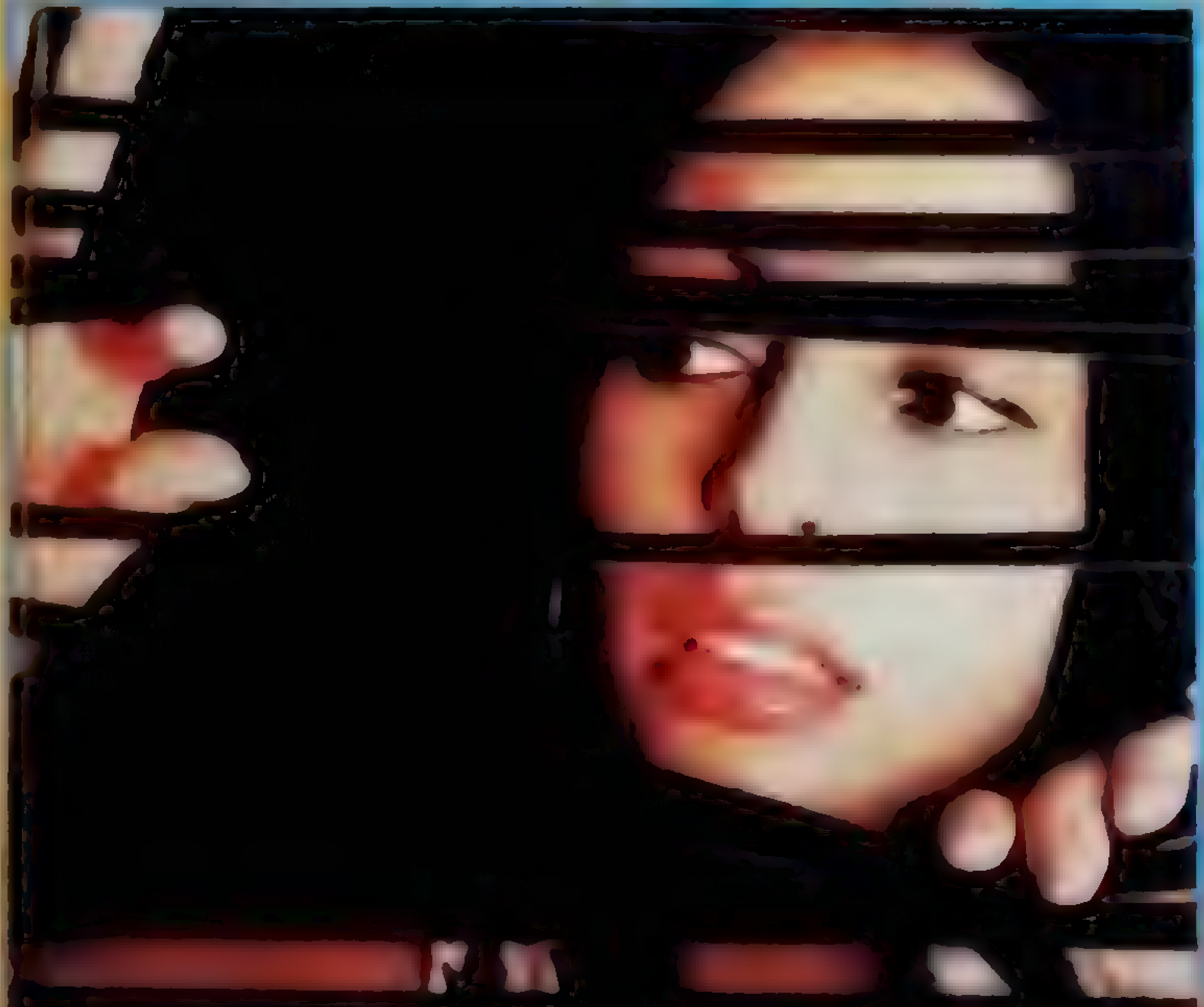
اتنے میں کہیں سے بدو بھاگتا ہوا آیا کہنے لگا۔ "آپا! اندر بھائی جان ساجو باجی سے کشتی لڑ رہے ہیں۔ چلو دکھاؤں تمہیں چلو بھی۔" وہ آپا کا بازو پکڑ کر گھسیٹنے لگا۔ آپا کا رنگ ہلدی کی طرح زرد ہو رہا تھا اور وہ بت بنی کھڑی تھی۔ بدو نے آپا کو چھوڑ دیا۔ کہنے لگا۔ "اماں کہاں ہے؟" اور وہ اماں کے پاس جانے کیلئے دوڑا۔ آپا نے لپک کر اسے گود میں اٹھا لیا۔ "میں تمہیں مٹھائی دوں۔" بدو رونے لگا۔ آپا بولیں "دیکھو تو کیسی اچھی مٹھائی ہے میرے پاس" اور اسے باورچی خانے میں لے گئی۔

اسی شام میں نے اپنی کتابوں کی الماری کھولی تو اس میں آپا کی بارٹ بریٹ ہارٹ کی کتاب پڑی تھی۔ شاید آپا نے اسے وہاں رکھ دیا تھا۔ میں حیران ہوئی کہ بات کیا ہے؟ آپا باورچی خانے میں چپ چاپ بیٹھی تھی جیسے کچھ ہوا ہی نہیں۔ اس کے پیچھے [illegible] کی کشتی خالی پڑی تھی۔ آج آپا نے [illegible] بنائے ہوئے تھے۔

بھائی تصدق اور باجی کی شادی سے دو سال بعد ہمیں پہلی بار ان سے ملنے جانے کا اتفاق ہوا۔ اب باجی وہ باجی نہ تھی۔ اس کے وہ قہقہے بھی نہ تھے۔ اس کا رنگ زرد تھا اور ماتھے پر شکن پڑی تھی۔ بھائی صاحب بھی چپ چاپ رہتے تھے۔ ایک شام اماں سے [illegible] ہم سب باورچی خانے میں بیٹھے تھے۔ بھائی جان کہنے لگے۔ بدو ساجو باجی سے بیاہ کرو گے؟

"اونہہ!" بدو نے کہا۔ "ہم بیاہ کریں گے ہی نہیں۔"

میں نے پوچھا۔ "بھائی جان یاد ہے جب بدو کہا کرتا تھا۔ ہم تو چھاجو باجی سے بیاہ کریں گے۔" اماں نے پوچھا۔ "آپا سے کیوں نہیں؟" تو کہنے لگا "بتاؤں آپا کیسی ہے؟" پھر چولہے میں جلتے ہوئے اپلے کی طرف اشارہ کر کے کہنے لگا۔ "ایسی!" "اور چھاجو باجی؟" میں نے بدو کی طرح جلتے روشن بلب کی طرف انگلی سے اشارہ کیا۔ "ایسی!" عین اسی وقت بجلی بجھ گئی اور کمرے میں انگاروں کی روشنی کے سوا اندھیرا چھا گیا۔ "ہاں ہاں ہے!" بھائی جان نے کہا۔ پھر جب باجی کسی کام سے باہر چلی گئی تو بھائی کہنے لگے۔ "نہ جانے اب بجلی کو کیا ہو گیا۔ جلتی بجھتی رہتی ہے۔" آپا چپ چاپ بیٹھی چولہے میں راکھ سے دبی ہوئی چنگاریوں کو کرید رہی تھی۔ بھائی جان نے مغموم سی آواز میں کہا "اف کتنی سردی ہے" پھر اٹھ کر آپا کے قریب چولہے کے سامنے جا بیٹھے اور ان سلگتے ہوئے اپلوں سے آگ سینکنے لگے۔ بولے۔ "ممانی سچ کہتی تھی کہ ان جھلسے ہوئے اپلوں میں آگ دبی ہوتی ہے۔ اوپر سے نہیں دکھائی دیتی۔ کیوں سجدے؟" آپا پرے سرکنے لگی تو چھن سی آواز آئی جیسے کسی دبی ہوئی چنگاری پر پانی کی بوند پڑی ہو۔ بھائی جان منت بھری آواز میں کہنے لگے۔ "اب اس چنگاری کو تو نہ بجھاؤ سجدے، دیکھو تو کتنی ٹھنڈ ہے۔"



کیا آپ میں راز چھپانے کی صلاحیت ہے؟

بعض لوگوں کو دوسروں کے راز معلوم کرنے میں بڑا مزہ آتا ہے یہ لوگ راز چھپانے کی صلاحیت بھی نہیں رکھتے۔ کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جو اپنے راز اپنے تک ہی محفوظ نہیں رکھتے لیکن دوسری طرف ایسے لوگ بھی ہمارے درمیان موجود ہیں جو راز کو امانت سمجھ کر تمام عمر اپنے سینے میں چھپائے رکھتے ہیں۔

خطوط کی محفل

[illegible]

......سائرہ بتول، کراچی......

ڈیئر ایڈیٹر!

ماہ جون کا شمارہ پڑھا۔ اپنا آنچل دیکھا، بہت خوشی ہوئی۔ آپ کی حوصلہ افزائی پر چند اور مضامین ارسال کر رہی ہوں۔ امید ہے پسند آئیں گے۔ اس کے علاوہ مجھے ایک فرمائش بھی کرنی ہے کہ مختلف مٹھائیوں کی تراکیب پیش کریں۔

ڈیئر سائرہ!

ہم ہر بار کہتے ہیں کہ ہر اچھی تحریر ہم ضرور شائع کرتے ہیں۔ آپ کے مضامین ابھی پڑھے نہیں ہیں مگر حسب دستور معیاری ہونے پر شامل اشاعت ہوں گے۔ آپ کی فرمائش سر آنکھوں پر۔ دیکھیے ہم نے کتنی جلدی آپ کی خواہش پوری کر دی۔

......نسرین شاہین، کراچی......

ڈیئر ایڈیٹر!

یوں تو آپ سے قلم کے حوالے سے خاصی پرانی شناسائی ہے مگر بالمشافہ ملاقات کا تو مزہ ہی الگ ہے۔ گو کہ باورچی خانہ کا معیار ہمیشہ بلند رہا ہے تاہم آنے والی چند تبدیلیوں نے مزید خوشگوار اثرات مرتب کیے ہیں، جیسے منتخب کہانیوں کا سلسلہ اور لرننگ کارنر وغیرہ۔ پکوان کی تراکیب تو ہوتی ہی عمدہ اور لذیذ ہیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کے ماہنامے کو مزید ترقی و کامرانی عطا فرمائے۔ (آمین)

ڈیئر نسرین!

آپ کی رائے ہمارے لیے بہت قیمتی ہے۔ آئندہ مفصل تبصرے کے ساتھ حاضری دیجیے گا۔ قلمی تعاون جاری رکھنے کا بے حد شکریہ۔

......وجیہہ سلیم، اسلام آباد......

ڈیئر ایڈیٹر!

ماہ جون کا شمارہ ملا۔ مزیدار کھانوں کی تراکیب پڑھ کر منہ میں پانی آ گیا۔ نئے سلسلوں میں فوڈ اسپیشل، سلاد اور رائتے، کچھ میٹھا ہو جائے اور ہیلتھ کیئر پسند آئے۔ اس کے علاوہ کہانیوں اور طنز و مزاح کے سلسلے بھی دلچسپ ہیں۔ باورچی خانہ کے رمضان اور عید نمبر کے لیے چند تحریریں ارسال کر رہی ہوں۔ امید ہے ہمیشہ کی طرح شائع فرما کر شکریہ کا موقع دیں گے۔

ڈیئر وجیہہ!

شمارے کی پسندیدگی اور قلمی تعاون کا از حد شکریہ۔ اور ہاں تراکیب صرف پڑھنے کے لیے نہیں، آزمانے کے لیے بھی ہوتی ہیں۔

......تسنیم عباس، کراچی......

ڈیئر ایڈیٹر!

باورچی خانہ کے دن بہ دن بڑھتے معیار کے پیچھے یقیناً آپ کی ٹیم کی کاوشوں کا عمل دخل ہے۔ میں قارئین کا بھی شکریہ ادا کرنا چاہوں گی جو ہماری تراکیب پڑھ کر آزماتے اور سراہتے ہیں۔

ڈیئر تسنیم!

ماہنامے کی پسندیدگی اور تعاون کا بے حد شکریہ۔

......فوزیہ پرویز، کراچی......

ڈیئر ایڈیٹر!

ماہ جون کا شمارہ پڑھا۔ عمدہ ڈیزائننگ اور مضامین نے دل جیت لیے۔ پکوانوں کی تراکیب بھی لاجواب تھیں۔ آج کے دور میں ایسے معیاری میگزین کم ہی دکھائی دیتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ باورچی خانہ کو دن دوگنی اور رات چوگنی ترقی دے۔ (آمین)

ڈیئر فوزیہ!

باورچی خانہ کی پسندیدگی کا بے حد شکریہ۔ ہم آپ کے قلمی تعاون کے بھی منتظر ہیں۔

اب اجازت دیجیے

اللہ حافظ......

آپکی ساتھی، سویرا فلک

INTERNATIONAL FOUNDATION & GARMENTS

انٹرنیشنل کوالٹی، جدید فیشن، اعلیٰ معیار، یہی ہے ہماری پہچان

I Corina Cotton I

I Karisma N I

I Lily I

Femina expo میں اسکن کیئر پروڈکٹ کی پذیرائی

روح افزا ...... تسکین جاں

Clean & Clear فیس واش

مہین اتنے اور مہاسوں کے مسئلہ کا گویا چولی دامن کا ساتھ ہے۔ جانسن کی اسکن

Nestle پودینہ رائتہ ...... روایتی ذائقوں کا ایک اور مزہ

ئتے اور چٹنیاں ہمارے دستر خوان کی خوبصورت روایات میں شامل ہیں۔ خصوصاً رائتے کا استعمال ہضمی نظام کے بانے کے لیے مفید مانا جاتا ہے اور دہی کیلشیم کے حصول کا بہترین ذریعہ سمجھا جاتا ہے۔ نیسلے نے انہی خواص کے پیش نظر

بچے کتنے اچھے

ستارے کیا کہتے ہیں

برج سرطان (Cancer)

خواص

عنصر: پانی

[illegible]

سرطان مرد

سرطان مرد محبت کی تلاش میں رہتے ہیں وہ چاہتے ہیں کہ انہیں کوئی ایسی عورت ملے جو ان کی طرف بھرپور توجہ دے اور ان کی محبت بھری خواہشات کی پذیرائی کرے۔ اس صورت میں جب انہیں اپنی پسند کی عورت مل جاتی ہے تو وہ اسے فوراً اپنا جیون ساتھی بنا لیتے ہیں اور اس سے شدید محبت کرتے ہیں اور ایک دوسرے کی بے لوث محبت پا کر انہیں شدید خوشیوں، مسرتوں اور راحتوں کا احساس ہوتا ہے اور ان کے دل میں محبت بھرے جذبے ہمیشہ کے لیے جاگزیں ہو جاتے ہیں۔ سرطان افراد میں غیر معمولی کشش ہوتی ہے۔

سرطان مردوں کے بارے میں چند نجومیوں کا کہنا ہے کہ یہ عیش پرست ہوتے ہیں لیکن نفسیاتی طور پرست ہوتے ہیں اور آرام طلب ہوتے ہیں۔ یقین سے یہ کہہ دینا کہ سرطان افراد عیش پرست اور آرام طلب ہیں تو یہ ان کے ساتھ زیادتی ہے۔ چند سرطان افراد جو منفی خصوصیات رکھتے ہیں ان کے بارے میں اگر اس قسم کے خیالات کا اظہار کیا جائے تو مناسب ہوگا۔

سرطان مردوں کے شوق اور مشاغل نوادرات اور زیورات جمع کرنا ہے۔ وہ پرانی ٹکٹوں کو خریدتے ہیں اور کوشش کرتے ہیں کہ قدیم ترین چیزیں خریدیں۔ ان کی مالی حالت جس قدر مضبوط ہوتی ہے اسی قدر وہ پرانی چیزیں خریدتے ہیں۔ اپنے حالات کے مطابق وہ نوادرات، قدیم زیورات

[illegible]

انہیں غلط راستوں پر لے جاتی ہے مگر پھر ان کی کوشش ہوتی ہے کہ خطروں سے بچیں اپنے مستقبل کی حفاظت کے لیے بھی یہ کوئی جرمانہ قدم نہیں اٹھاتے۔

سرطان مرد اپنی غیر معمولی قوت حافظہ سے کام لیتے ہیں اور اس قوت کو بخوبی استعمال کرنے کا فن جانتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ جس محفل یا مجلس میں یہ لوگ جاتے ہیں اسے کشت زعفران بنا دیتے ہیں اور اپنے لطیفوں اور چٹکلوں سے لوگوں کو خوب ہنساتے ہیں۔ سرطان افراد چاہتے بھی یہی ہیں کہ لوگ انہیں پسند کریں۔ جب کبھی وہ یہ اندازہ کر لیں کہ لوگ انہیں پسند نہیں کر رہے تو وہ ان سے قطع تعلق کر لیتے ہیں۔ لوگوں کی ناپسندیدگی سے یہ کوفت، الجھن اور پریشانی محسوس کرتے ہیں اور خلوت اختیار کر لیتے ہیں۔

سرطان مرد ذوق ظرافت اور مزاح کی حس کی وجہ سے ہر محفل میں دوسرے لوگوں کی توجہ جلد ہی اپنی طرف مرکوز کر لیتے ہیں۔ وہ لوگوں کو ہنسی مذاق کی باتوں اور لطائف سے محظوظ کرتے ہیں اور اس طرح وہ ان کی تفریح کا سامان مہیا کرتے ہیں چنانچہ ان کی شخصیت کو پسندیدگی کی نگاہ سے دیکھا جاتا ہے اور لوگ ان کی شخصیت، دلچسپ باتوں اور لطیفوں کو مدتوں فراموش نہیں کرتے۔

سرطان عورت

ایک سرطان عورت معمولی معمولی بات پر جذباتی ہو جاتی ہے اور داخلی طور پر پریشان زندگی گزارتی ہے۔ اچھی خبر سن کر خوشی سے اچھل پڑتی ہے اور اگر بری خبر سن لے تو [illegible] شروع کر دیتی ہے۔

سرطان عورت موسیقی سے بے حد لگن رکھتی ہے اور اس کا لگاؤ اپنے پسندیدہ گانوں سے [illegible] ہے۔

ایک سرطان عورت اپنے بچوں کی ذمہ داریاں بھرپور مادرانہ صفات سے پوری کرتی ہے اور اپنے محلے داروں اور دفتر کے لوگوں سے مادرانہ شفقت سے پیش آتی ہے۔ وہ ایسا مکان بنانا پسند کرتی ہے جو الگ تھلگ ہو اور اسے تنہا تنہا ماحول ملے۔ وہ کھانے پکانے، گھر کی آرائش کے سامان جمع کرنا اور اسی قسم کے دیگر شوق پالتی ہے۔ وہ نفسیاتی عمل میں گہری سنجیدگی سے دلچسپی لیتی ہے اور جب وہ ضرورت سے زیادہ پریشان ہوتی ہے تو اتنا ہی کھاتی ہے۔ وہ متلون مزاج اور موڈی قسم کی ہوتی ہے۔ اس کی بے حد خواہش ہوتی ہے کہ جہاں وہ پیدا ہوئی تھی اس مقام پر جائے۔

سرطان عورت کی حس لمس اس قدر تیز ہوگی کہ کپڑوں کا لمس اسے خریداری پر مجبور کرتا ہے۔ وہ کپڑا خریدنے جاتی ہے تو اسے اچھی طرح مسل کر دیکھتی ہے اور کپڑے کے لمس کا جائزہ لیے بغیر خریداری نہ کرے گی۔ اس طرح وہ ساٹن، ریشم، کمخواب، پرندوں کے نرم پروں، سمور اور دیگر نرم کھالوں کے لمس سے لطف محسوس کرتی ہے۔

ایک سرطان عورت ماضی سے بڑا مضبوط و مستحکم تعلق رکھتی ہے۔ ایک سرطان عورت مستقبل میں پیش آنے والی خرابیوں اور پریشانیوں سے دہشت زدہ ہوتی ہے۔ وہ ماضی سے الگ نہیں ہو سکتی اور وہ یہ تمنا رکھتی ہے کہ کاش وہ ایک قدیم زمانے کی عورت کی طرح ہوتی۔ اس نے قیمتی، تاریخی اور قدیم نوادرات ذخیرہ کیے ہوتے ہیں۔ وہ قدامت پرست اور عہد قدیم کو پسند کرنے والی عورت ہے۔

ایک سرطان عورت اتنی ضدی ہے کہ جس چیز کو حاصل کرنے کا ارادہ کر لے تو پھر اسے حاصل کر کے ہی رہتی ہے۔ دراصل وہ مستقل مزاج اور ضدی ہے۔ اگر وہ اپنی پسندیدہ چیز کو فوری طور پر حاصل نہ کر سکے تو وہ اسی کوشش میں لگی رہتی ہے اور آخرکار اسے پا کر اسے بے پناہ مسرت کا احساس ہوتا ہے۔

ایک سرطان عورت اپنے تحفظ کے ایک ایسے خول میں رہتی ہے کہ وہ اس خول کے اندر کسی کو گھسنے نہیں دیتی۔ وہ اپنے کردار کی حفاظت اس طرح کرتی ہے جس طرح گھونگھا اپنے خول میں رہتا ہے۔

ایک سرطان عورت اپنی ذات پر یقین اور اعتماد نہیں رکھتی۔ اسے اپنی کامیابی اور کامرانی کے بارے میں شک رہتا ہے اس لیے وہ ارمان اور پیار کے معاملات میں قدم بڑھانے سے ڈرتی ہے۔

سرطان عورت اپنی خواہشات کے بارے میں پہلے ہی منصوبہ بندی کر لیتی ہے اور پس انداز کرنا پسند کرتی ہے۔ وہ مادی تحفظ کو، دولت ہی کو نہیں سمجھتی بلکہ اشیاء کا ذخیرہ کرنا بھی پسند کرتی ہے اور تھوڑا تھوڑا ہی پس انداز کرنے کو وہ بہتر جانتی ہے وہ ایسا کاروبار پسند کرتی ہے جس میں وہ روپیہ لگانے اور کام کرنے والا اسے معقول منافع دے اور اس سے جو رقم بچے گی وہ اس سے اچھا گھر خریدنا پسند کرے گی۔ وہ یہ پسند کرے گی کہ کپڑے اور میک اپ پر کثرت سے روپیہ خرچ کیا جائے۔ فرنیچر پر بھی وہ زیادہ روپیہ خرچ نہ کرے گی بلکہ ہر چیز ضرورت کے مطابق کرے گی۔ وہ ایسی چیزیں خریدنا پسند کرے گی جن کی قیمت میں وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اضافہ ہوتا جائے۔ وہ نوادرات کی خریداری بھی اسی لیے کرتی ہے کہ ان کی قیمت میں وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اضافہ ہوتا جاتا ہے۔

سرطان بچے

☆ سرطان بچوں کو تنہائی سے دور رکھیں۔

☆ سرطان بچوں میں اتنی صلاحیتیں ہوتی ہیں کہ وہ اپنا اور اپنے ملک کا نام روشن کر سکتے ہیں۔

☆ سرطان بچے پرسکون اور مطمئن زندگی گزارنا پسند کرتے ہیں اور مکمل آرام کے متلاشی ہوتے ہیں۔

☆ یہ بچے حساس اور پُرطبیعت کے مالک ہوتے ہیں۔

☆ وہ دوست بنانا چاہتے ہیں لیکن کسی کو دوست اور ہمراز بناتے ہوئے گھبراتے ہیں۔

☆ اگر کوئی دوسرا بچہ ان کی طرف قدم بڑھائے گا تو یہ اس کی دوستی قبول کر لیتے ہیں۔

☆ اگر سرطان بچوں کی تربیت اچھے طریقے سے کی جائے تو سرطان بچوں میں اس قسم کی صلاحیتیں، خصوصیات پیدا ہو جاتی ہیں کہ وہ جوان ہو کر نمایاں کامیابیاں و کامرانیاں اور ترقی حاصل کر سکتے ہیں۔

سرطان والدین

☆ سرطان والدین اپنے بچوں کے لیے بہترین کردار ادا کرتے ہیں۔

☆ ان کی پرورش بہتر ماحول اور ناز و نعم میں کرتے ہیں۔

☆ وہ بچوں سے محبت رکھتے ہیں اور ان کی ضروریات کا خیال رکھتے ہیں۔

☆ سرطان والدین اپنے بچوں کی شدید حفاظت کرتے ہیں اور انہیں کسی خطرے سے دوچار نہیں ہونے دیتے۔

☆ سرطان والدین میں اپنے بچوں کے آرام کا خیال رکھنے کی بہترین اس طور خصوصیات اور صلاحیتیں موجود ہیں۔

☆ سرطان والدین خصوصی طرز پر اپنے بچوں کی پرورش کرتے ہیں اور انہیں تربیت دیتے ہیں کہ دوسرے والدین ان کے نقش قدم پر چل ہی نہیں سکتے۔

☆ سرطان والدین اپنے بچوں کے مستقبل کو اعلیٰ تعلیم دلوا کر محفوظ کرتے ہیں۔ خواہ انہیں زندگی میں کتنی ہی الجھنوں اور مشقت کا سامنا کرنا پڑے۔

☆ سرطان والدین اپنے گھر اور بچوں سے بے پناہ محبت کرتے ہیں۔ پہلے یہ اپنی گھریلو زندگی کے کام سرانجام دیتے ہیں اور اس کے بعد یہ لوگ دوسرے مشاغل کی جانب راغب ہوتے ہیں۔

چند مشہور سرطان افراد

ہیریسن فورڈ، میریل اسٹریپ، ڈیوک آف ونڈسر، جان ڈی راک فیلر، رنگو اسٹار، چارلس لافٹن، انڈریو وائیتھ، ارنسٹ ہیمنگوے۔

مزہ ایسا
...کہ رہا نہ جائے!
Young's
FRENCH
MAYONNAISE
1 Litre
مایونیز
ECONOMY PACK
Young's
FRENCH
MAYONNAISE
مایونیز
ینگز مایونیز
کا عمدہ کریمی Texture اور ذائقہ
جسے آپ کے پیارے پسند کریں ... ہمیشہ
Young's
Add Taste to life!
Young's (Private) Limited
www.youngsfood.com

Shangrila
توانائی۔ تازگی۔ بھرپور مزا
آم کے اصلی رس سے بھرا
Shangrila
Mango Juice
Shangrila (Private) Limited
www.shangrila.com.pk

ڈالڈا کا دسترخوان

جولائی 2012ء

قیمت 150 روپے

اس شمارے کے ساتھ
رمضان ریسیپی کیلنڈر
بالکل مفت!

• استقبال رمضان کریم • آب زم زم مقدس مشروب • کچن آپ کا ڈاکٹر

head&shoulders
100% تک خشکی ختم
95% تک بالوں کا گرنا کم
اگر آپ اپنے بالوں کو گرنے سے بچانا چاہتے ہیں تو پہلے خشکی سے نجات کا حل نکالیں!
خشکی بالوں کے گرنے کی ایک اہم وجہ ہے۔
head& shoulders خواتین و حضرات دونوں کے لئے خصوصی طور پر مختلف طریقے سے تیار کیا گیا ہے۔
head& shoulders
head& shoulders

Lotion
Perfect
Freshener
Perfect
GENTLEMAN
Perfect
Freshener
Room
Dry
Perfect
summer
Dry
Perfect
Perfect
POISON
Dry
Also available in other fascinating aromas
Best | Max | Heaven | Azzura
Royal Cigar | Marige | Musk | 2 one 2
Shakeel Enterprises
www.se.com.pk

Mehran
مہران
سب باتیں چھوڑیں
مہران ریسیپی مِکس
استعمال کریں
ہر مہران ریسیپی پیک
کے ساتھ
20 روپے کا ساشے
بالکل
FREE
بمبئی بریانی مصالحہ
Bombay Biryani Masala
مہران کو دنیا جانتی ہے۔ اب آپ کی باری ہے

IMMUNIFY
For your baby's
brain & bone development
Similac
Mom
IMMUNIFY
its unique Eye-Q formula is packed with essential nutrients
vitamin D, folic acid, DHA and protein to help develop
while at the same time keeping
Recommended by
leading doctors
Abbott
Nutrition

Johnson+Johnson
ایسا نرم احساس ... جیسے ماں کا پیار
بچے کی نازک جلد کو ملتا ہے پیار اور حفاظت جونسنز بے بی پاؤڈر سے۔ اس کا نرم و ملائم فارمولا آپ کے بچے کی حساس جلد کیلئے محفوظ ہے اور کلینیکلی تصدیق
شدہ ہے۔ چار مختلف خوشبوؤں کے ساتھ جونسنز بے بی پاؤڈر دن بھر آپ کے بچے کو رکھے اتنا مہکتا اور خوشگوار کہ آپ اسے بار بار پیار کرنا چاہیں۔
نرم و مُلائم حفاظت
www.babycentre.co.uk/johnsonsbabypakistan

IFG
INTERNATIONAL FOUNDATION & GARMENTS
Miss
Mystique N
Luxury 02
ہر خاتون کی پسند اور ضرورت کے مطابق
انڈر گارمنٹس اور نائٹ ویئر کی منفرد اور
خوبصورت ڈیزائن پر مشتمل وسیع کلیکشن۔
مکمل ورائٹی کے لیے ہمارے ڈیلر سے Catalogue ضرور طلب کریں
مزید تفصیلات کے لیے ویب سائٹ وزٹ کریں www.ifg.com.pk

BAKE PARLOR
شربت
جامِ مشرق
خالص عرقیات سے تیار کیا گیا
BAKE PARLOR
شربت
جامِ مشرق

43 ماہِ رمضان کی زینت

ڈالڈا کا دسترخوان

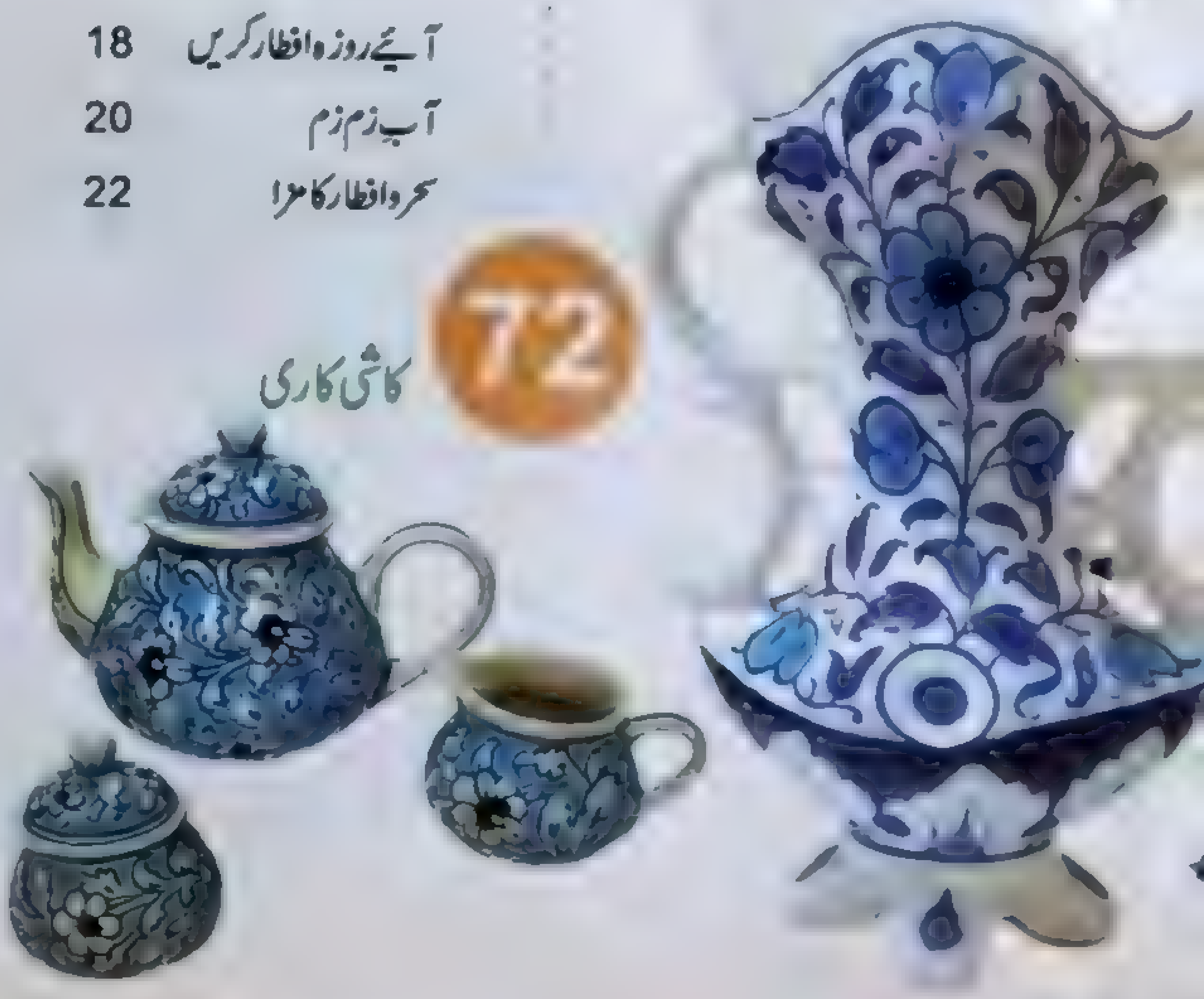
فہرست

مستقل سلسلے

ادار یہ 10
کچھ کہنا ہے آپ سے 11
کوکنگ اور گھرداری کی رہنمائی 82

رمضان اسپیشل

ماہِ رمضان میں متوازن غذا 12
استقبالِ رمضان 14
ماہِ صیام، ذیابیطس اور آپ 16
سحر و افطار ڈالڈا کے ساتھ 17
آیئے روزہ افطار کریں 18
آبِ زم زم 20
سحر و افطار کا مزا 22



72 کاشی کاری

78 قطر، دوسرا دبئی

حسن و سنگھار

سرمہ 75
ہیئر ڈائٹ 76
آدھا بیوٹی پارلر 80
بلشر 84

ہوم فیملی لائف اسٹائل

کھانا کھانا کم کھلانا زیادہ 34
مام آن لائن 41
مہمان خانہ یا دیوان خانہ 64
کپڑے کا میٹریل 65
بلوچی دستکاریاں 66
گھر کا باغیچہ 70
15 منٹ میں ہوسکتی ہے صفائی 73
کوئی عارضہ ہو 88
نئے دن کی شروعات 92
خوش رہنا آپ کا حق 94
بک ریویو، فلم ریویو 96
ستاروں کی روشنی 98

فوڈی فوڈ

سبزیوں کے مزاج کو سمجھئے 21
دہی اور اس سے بنی لسی 24
امرود 26
نمک 27
آئسکریم سرپرائز 28
فالودہ گھر پر بنائیں 31
انڈے میں ہے کچھ خاص 32
پپیتا 36

صحت عامہ

ڈائننگ میں بد احتیاطی 38
ہم کچی غذائیں کیوں کھائیں 40
میکروبائیوٹک ڈائٹ 54
کچن آپ کا ڈاکٹر بھی 55
آنکھ جیسا کوئی کیمرہ 56
10 غلطیاں جو دل کی دشمن 58
صحت کے یہ نسخے 59
جوڑوں کی تبدیلی ناگزیر ہوجائے 60
الرجی سے بچاؤ 62

چائلڈ ایشو

بچوں سے مدد لیجیے 90
بچہ آخر اتنا روتا کیوں ہے 91

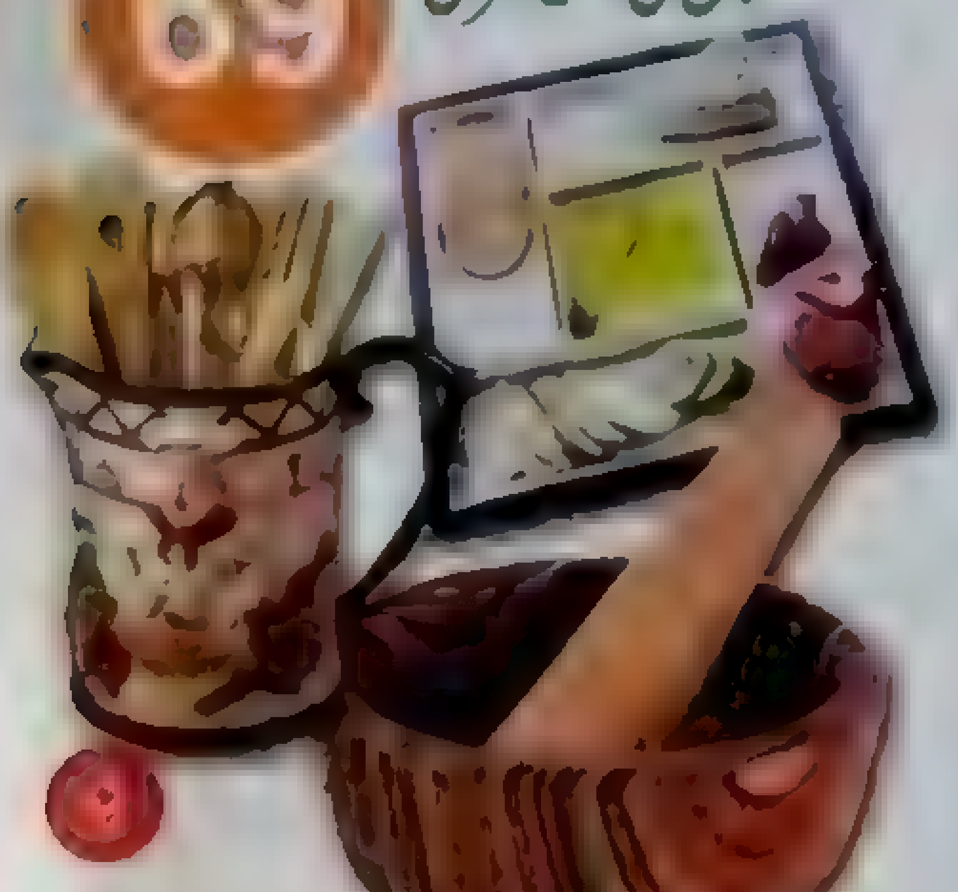
افسانہ

کسم 86

انٹرویو

شیف افضل نظامی 30

69 کچن کی اسٹیشنری



اداریہ

معزز قارئین!

السلام علیکم

ہارورڈ یونیورسٹی کی ایک تحقیق ہمیں بتاتی ہے کہ جن خواتین نے نئی نئی باتیں، نئی نئی ترکیبیں اور نئے کام کرنا سیکھے ان کی عمر میں پانچ برس کا اضافہ ہوگیا۔ اس کی وجہ صرف یہی ہے کہ کچھ نیا کام سیکھنے کے بعد آپ میں اعتماد پیدا ہوتا ہے اور کامیابی کا احساس اُبھرتا ہے جو آپ کی صحت پر مثبت اثرات ڈالتا ہے۔ اس تحقیق کو مدِنظر رکھتے ہوئے کوئی نئی ڈش بنانے کی ترکیب آزما کر اہلِ خانہ کو چونکا دیجئے، گھر میں پودے لگائیے، ان سب باتوں کا ذہنی صحت پر اچھا اثر ہوگا۔

اسی طرح ڈالڈا ایڈوائزری سروس نے بھی کوشش کی ہے کہ اپنے کھانوں کی تراکیب میں صرف ظاہری خوبصورتی ہی نہیں بلکہ کچھ جدت بھی لائیں، روایتی ڈشز کو نئے طریقوں سے بنائیں۔ تاکہ بنانے والا بھی اس میں دلچسپی محسوس کرے۔ اسی طرح مضامین اور ملاقاتوں کے سلسلوں میں بھی صحت افزاء معلومات کا خاطر خواہ مواد شامل کیا گیا ہے کیونکہ صحت سونا چاندی سے بڑھ کر انمول دولت ہے۔

ہمیشہ کی طرح ڈالڈا ایڈوائزری سروس نے اپنا جدید طرزِ عمل، جدت پسندی کو برقرار رکھتے ہوئے اس بار ماہِ رمضان میں رمضان کیلنڈر کا اجراء کیا ہے۔ ہر روز سحر و افطار کی لذیذ اور صحت بخش تراکیب بنا کر اپنے دسترخوان کی رونق بڑھائیں۔

رمضان المبارک کی باسعادت گھڑیاں ہماری دہلیز پر ہیں، ان کا استقبال اچھی صحت اور خوشدلی سے کریں۔ روزہ بدنی طہارت ہے تو نمازِ تراویح کے اہتمام خاندانوں میں رفاقت کا احساس دوچند کرتے ہیں۔ غرضیکہ ہمارے تمام مضامین میں جسمانی اور ذہنی صحت کے لئے متعدد تراکیب ہیں۔ انہیں اپنے انتخاب کا حصہ بنائیے اور ہمیشہ کی طرح ڈالڈا ایڈوائزری سروس کو اپنی دعاؤں میں یاد رکھئے اور اس شمارے کے بارے میں اپنی قیمتی آراء دینا نہ بھولئے گا۔

قیمت 150 روپے　شمارہ نمبر 17　جولائی 2012ء

سرورق

افطار پلیٹر

ڈالڈا ایڈوائزری سروس

ہمیشہ کی طرح آپ کے ہم قدم

خط و کتابت کا پتہ:

ڈالڈا کا دسترخوان

M-2، میزنائن فلور، C-60، اسٹریٹ 24، توحید کمرشل، فیز 5، ڈی ایچ اے، کراچی۔

فون: 6-0213-5304425, فیکس : 0213-5304427 , ای میل: dkd@rev.com.pk

ایڈیٹر
شاہین ملک

اسسٹنٹ ایڈیٹر
سحر حسن

مارکیٹنگ مینیجر
علی بھی
0300-2184864

ڈسٹری بیوٹر مینیجر
شیخ مشتاق احمد
0300-2275193

انتباہ: ماہنامہ ڈالڈا کا دسترخوان میں شائع ہونے والی تمام تحریروں کے جملہ حقوق اشاعت بحق پبلشر محفوظ ہیں۔ پیشگی تحریری اجازت کے بغیر ڈالڈا کا دسترخوان میں شائع ہونے والی کسی تحریر یا اس کے کسی حصے کو نہ شائع کیا جا سکتا ہے اور نہ ہی کسی اور شکل میں پیش کیا جا سکتا ہے خلاف ورزی کی صورت میں قانونی کارروائی کی جائے گی۔

ڈالڈا کا دسترخوان کے حقوق بنام رجسٹرڈ ٹریڈ مارک ڈالڈا فوڈز (پرائیویٹ) لمیٹڈ محفوظ ہیں۔ کسی خلاف ورزی کی صورت میں ادارہ قانونی چارہ جوئی کا حق رکھتا ہے۔ ڈالڈا کا دسترخوان جناب اُسامہ محمود خان غوری نے کوئیک پروسس سے چھپوا کر شائع کیا۔

کچھ کہنا ہے آپ سے . . .

ڈالڈا کا دسترخوان ہر ماہ روایت کا تسلسل لئے حاضر ہوتا ہے۔ ڈالڈا ایڈوائزری کا اپنے قارئین سے یہ رشتہ فون، ای میل اور خطوط کے ذریعے استوار ہوتا ہے۔ اس ضمن میں ہمیں اس ماہ کے جریدے سے متعلق آپ کی قیمتی آراء اور مشورے ملتے رہتے ہیں، مثلاً

پرانی قاری کی فرمائش

میں برسوں پرانی قاری ہوں اور مجھے ہر رنگ میں ڈالڈا کا دسترخوان بہت بھاتا ہے۔ حالانکہ اس کی قیمت بھی بڑھ گئی ہے مگر اس رسالے سے وابستہ محبت کا اندازہ یوں کیجئے کہ میں گروسری کے دوسرے آئٹم خریدتے وقت کچھ بچت کرلیتی ہوں، مگر ڈالڈا کوکنگ آئل اور ڈالڈا کا دسترخوان خریدنے کے لئے گنجائش نکال لیتی ہوں۔ میں نے ڈالڈا کا دسترخوان سے بہت سی ریسپیز اور دیگر چیزیں بنانا سیکھی ہیں۔ آپ سے گزارش ہے کہ فلاور ارینجمنٹ اور دوسرے فنون بھی سکھائیں۔ حنا انیس، کراچی

کیا میں ڈالڈا کے لئے لکھ سکتی ہوں؟

میرے شوق کو دیکھتے ہوئے میرے شوہر شادی کے پہلے ماہ سے ہی ڈالڈا کا دسترخوان لے کر آتے ہیں۔ میں نے جتنے بھی اچھے اچھے کھانے پکانے سیکھے۔ گھر کو سجانے والے آرٹیکلز بہت دلچسپ ہوتے ہیں۔ ڈالڈا میرا رہنما ہے۔ کیونکہ اس کے تمام مضامین میں بہت شوق سے پڑھتی ہوں۔ 'ستاروں کی روشنی میں'، 'ملکوں ملکوں کی سیر'، 'شاپنگ گائیڈ'، 'بیوٹی گائیڈ' نیز کھانے کی تراکیب بہت مزیدار نا یک ہیں۔ ڈالڈا کے معیار کا کوئی مقابلہ نہیں۔ گھریلو مصروفیات کی وجہ سے ڈالڈا کا ریڈرواؤچر پوسٹ نہیں کرپائی تھی، اب ایک ساتھ بھیج رہی ہوں۔ ایک مشورہ ہے کہ نئی ماؤں کے لئے آپ کوئی مسلسل اور قسط وار آرٹیکل شروع کریں، کیونکہ پہلی بار بننے والی ماؤں کو خاص تجربہ اور نئے تجربے ہوتے ہیں۔ ان کے لئے بہت معلوماتی ہوگا۔ مجھے امید ہے کہ اس مضمون کی ضرورت ہر دوسری شادی شدہ خاتون کو ہے اور لوگ اسے بہت پسند کریں گے۔ یہ مشورہ اس لئے بھی ہے کیونکہ شادی کے چار سال بعد میرے گھر خوشی آنے والی ہے اور مجھے ڈالڈا سے اس حوالے سے معلوماتی تحریر کی ضرورت ہے۔ جو میرے علاوہ ہر عورت شوق سے پڑھے گی اور پسند بھی کیا جائے گا۔ میں شادی سے پہلے ایک اسلامی ڈائجسٹ کے لئے ماہانہ لکھا کرتی تھی، کیا ڈالڈا کے لئے لکھ سکتی ہوں؟ اس سلسلے میں میری رہنمائی کریں۔ میں 'رِلی' کے بارے میں لکھ سکتی ہوں؟ کیونکہ میں نے کراچی میں رِلی ماسٹر سے رِلی مکمل لیول سیکھی ہے۔ اس لئے اپنی معلومات لوگوں سے شیئر کرنے کے لئے لکھنا چاہتی ہوں اور مکمل رِلی ہیلپر ہوں۔ ڈالڈا کا دسترخوان میں ورزش کا مضمون، ستاروں کی روشنی میں، بیوٹی گائیڈ، ملک ملک کی سیر، گھر سجانے والے مضامین کا سلسلہ کبھی ختم مت کریئے گا۔ کیونکہ یہ مضامین نہایت دلچسپ ہیں۔ ہر مضمون اپنے اندر ایک اثر رکھتا ہے۔ حرا تیمور حسین خان۔ کراچی

• چشم ما روشن دل ماشاد، ضرور لکھیے، رسالے کی پسندیدگی کا بہت بہت شکریہ (ادارہ)

ماہ جون کا شمارہ پسند آیا

مجموعی طور پر ماہ جون کا شمارہ اچھا لگا۔ خاص کر آپ نے جو آغاز میں بیکنگ سے متعلق معلوماتی مضامین دیئے وہ غضب کے رہے۔ ڈالڈا کا دسترخوان اپنے ہر ورق پر معلومات کا خزانہ پیش کرتا ہے۔ یہی بیکنگ والے صفحے کو رسالے کی جان کہا جا سکتا ہے۔ آپ نے بیکنگ میں استعمال ہونے والی چھوٹی بڑی ہر چیز کی بنیادی معلومات دے دی۔ نئی سیکھنے والی بچیاں بغیر اوون کے بھی کیک بنا سکتی ہیں۔ دوسرے صفحے پر یہ سیر حاصل معلومات مل گئی۔ ویل ڈن ڈالڈا! کنول حسن۔ حیدر آباد

شیف کا انٹرویو بہت بھایا

مجھے اس بار شیف منیزے خالد سے مل کر بے انتہا مسرت ہوئی۔ سچ پوچھئے تو اس کم عمر شیف کا انٹرویو اب تک کسی جریدے میں شائع نہیں ہوا تھا۔ آم کا سیزن ہو اور ڈالڈا چوک جائے یہ تو ممکن نہیں۔ آپ نے ایک اچھا کام یہ کیا کہ آم پر معلوماتی مضمون کے علاوہ کیریوں کی بہار ریسپیز والے حصے میں پنہ اور آم کا جام بنانے کی تراکیب شائع کردیں۔ گھر کے بنے ہوئے جام کا لطف ہی کچھ اور ہوتا ہے۔ روبینہ خالد۔ لاہور

جروالو ستی مرغ الو کھانا م لگا

اس منفرد پہلی ڈش کی ترکیب دینے کا شکریہ۔ کھانے میں یہ انوکھا اور منفرد ذائقہ تھا۔ ہمارا خیال تھا کہ یہ بہت مشکل ڈش ہوگی مگر یہ بنانے میں بھی آسان تھی اور کھانے میں بھی خاص ذائقے دار۔ آپ سے گزارش ہے کہ اس طرح ایسے ایسے کھانوں کی تراکیب شائع کرتے رہیے۔ ان سے نئی نئی ڈشیں بنانے کی انسپریشن ملتی ہے۔ آصفہ اختر۔ فیصل آباد

تصاویر اور اشاعت معیاری ہوتی ہے

کوکنگ کے میگزین تو اور بھی نکلتے ہیں جن میں غذاؤں کی معلومات شائع ہوتی رہتی ہیں، لیکن ڈالڈا کا دسترخوان اپنی نوعیت کا دلچسپ اور متنوع قسم کا جریدہ ہے۔ اس میں نہ صرف انٹرویوز بلکہ تبصرے، ریستوران ریویوز، سیر و سیاحت، سبزیوں اور پھلوں کی اہم معلومات اور ریسپیز کا معیار نہایت اعلیٰ ہے۔ تصاویر خواہ مضامین کے صفحات سے متعلق ہوں یا کھانوں کی بہت ستھرے ذوق کی عکاسی کرتی ہیں۔ ماہ نور۔ سیالکوٹ

علمی و سائنسی نوعیت کے مضامین توجہ طلب ہیں

ہمارے پسندیدہ جریدے کے صفحات پر جہاں عمومی دلچسپی کا مواد شائع کیا جاتا ہے وہیں یہ کوشش بھی جاری رکھئے کہ مختلف عارضوں اور جسمانی مسائل کا جائزہ بھی لیا جاتا رہے۔ مثلاً میں سائنس کی اسٹوڈنٹ ہوں اور میری دلچسپی صحت و تندرستی سے متعلق آرٹیکلز سے ہے۔ چنانچہ مجھے 'کون بے دم ہے' اور 'چہرے کے بال' پسند آئے۔ بیکنگ کی ریسپیز میں جدت بھی تھی اور انفرادیت بھی، مگر یہ تعداد میں کم لگیں۔ آئندہ جب بھی دیں تو ڈھیر ساری دیں تاکہ ہم بناتے بناتے بیکنگ اسپیشلسٹ بن جائیں۔ رومانہ بٹ۔ راولپنڈی

انٹرویوز خوب رہے

ڈالڈا کا دسترخوان نے اپنے ہر جریدے میں معیار برقرار رکھا ہے۔ مثلاً انٹرویوز جو ہم پسند کرتے ہیں وہی شائع ہوتے ہیں، بہت کم بار کوئی انٹرویو غیر متاثر کن رہا ہوگا۔ زیر نظر شمارے میں حکیم آغا کا انٹرویو بہت غضب کا رہا۔ حکیم صاحب کو ہم مردوں کی زبیدہ آپا کہتے ہیں، ایک سے ایک چٹکلہ اور بیماری کا علاج اُن کے ہاں دستیاب ہو جاتا ہے۔ آپ نے صدیق اسماعیل صاحب کا انٹرویو بھی خوب دیا۔ ماہ شعبان معظم کے حوالے سے اور ماہ صیام کی آمد سے پہلے ان کا دلچسپ انٹرویو شائع کرکے دل موہ لیا۔ شیف منیزے خالد کو ہم ٹیلی ویژن پر ہی دیکھتے تھے مگر اب ان کی مختصر مگر دلچسپ باتیں پڑھ کر لطف آیا۔ کوکنگ اور گھرداری کے چٹکلوں نے بھی مزا دیا۔ کمنا زکا کڑ۔ کوئٹہ

کیا آپ ڈالڈا کا دسترخوان کے لئے لکھنا چاہتے ہیں؟

تو پھر انتظار کس بات کا! آج ہی اپنے مضامین، کہانیاں، کھانے پکانے کی انوکھی تراکیب، چٹکلے اور ناقابل فراموش واقعات ہمیں لکھ بھیجئے۔ خیال رہے کہ آپ کا مضمون گیارہ سو الفاظ پر مشتمل ہو، اپنے نام، پتہ، فون نمبر اور ای میل ایڈریس کے ساتھ اس پتہ پر ارسال کیجئے۔

ایڈیٹر، ڈالڈا کا دسترخوان

M-2، میزنائن فلور، 60-C، اسٹریٹ 24، توحید کمرشل، فیز 5، ڈی ایچ اے، کراچی۔

ای میل ایڈریس: dkd@rev.com pk

ڈالڈا کا دسترخوان آپ کی تحریروں کی نوک پلک سنوار کر اسے آپ کے نام اور شکریہ کے ساتھ شائع کرے گا۔

ماہِ رمضان میں متوازن غذا کا صحت بخش تصوّر کیا ہے؟

سحری کرنا ازروئے سائنس اور مذہب نہایت اہمیت رکھتا ہے

تحریر: ڈاکٹر آمنہ کاشف
نیوٹریشنسٹ، الصحت سینٹر (کراچی)

ڈاکٹر اور ڈائیٹیشن طب کے سفر میں ساتھ ساتھ چلتے ہیں۔ ایک اور عام فہم مثال گاڑی کے دو پہیوں کی ہے۔ اکثر ڈاکٹر پرہیز کا مشورہ دیتے ہیں لیکن متاثرہ مریض کا ڈائٹ پلان کیسے تشکیل دیا جائے یہ ڈائیٹیشن اور نیوٹریشنسٹ ہی بہتر طور پر جانتا ہے۔ گویا وہ اندھیرے میں راستہ دکھانے والا جگنو ہے۔ نیوٹریشنسٹ آمنہ کاشف نے ہوم اکنامکس کالج سے BSC اور پھر ماسٹرز کرنے کے بعد لیاقت نیشنل اسپتال سے وابستگی اختیار کی۔ ان کی زیادہ تر دلچسپی دلتوں کے امراض اور فوڈ سائنس سے رہی۔ شادی کے بعد اسپتال کے اوقات کار خانگی زندگی کے ساتھ مطابقت نہیں کر پا رہے تھے۔ اس وقت انہوں کیریئر کو درمیان سے تقریباً چھوڑ دیا اور مصروفیات تبدیل ہوگئیں لیکن جب بھی ان کے شعبے سے متعلق کوئی ورکشاپس ہوئیں یا نئی ریسرچ سامنے آتی تو وہ اس سے استفادہ حاصل کرتیں۔ ان کا کہنا ہے کہ نیوٹریشنسٹ کام نہ بھی کرے تو بھی کام ہی کر رہا ہوتا ہے۔ یہ تمام مرحلے شوق سے عبور ہوتے ہیں۔ جب ان کی زندگی کے کچھ معمول بدلے تو اپنے خاندان اور شوہر کی اجازت سے وہ ایک بار پھر فیلڈ میں آ گئی۔ آمنہ کاشف بتاتی ہیں فوڈ سائنس سے متعلق ایک ورکشاپ نے تحریک دی اور میں شروع ہی سے خواتین کے دائرہ کار ہی میں کام کرتی آئی ہوں۔ گھر میں خاتون خانہ ہی ایسا بنیادی اور اہم فرد ہوتی ہیں جن کے ہاتھ سے بنے ہوئے کھانے پر پورے کنبے کی صحت کا انحصار ہوتا ہے۔ عائلی زندگی اور معاشرے کے قیام میں بھی خاتون خانہ ہی کی سمجھ بوجھ اور بصیرت کام آتی ہے، چنانچہ اُسے متوازن غذا مہیا کرنے کا فن آنا چاہئے۔ وہ بگڑی ہوئی صورتحال کو بھی اپنی اعلیٰ انتظامی صلاحیتوں کے بل پر سنبھالا دے سکتی ہے۔

صحت کے بگاڑ کے حوالے سے ہمارے یہاں مردوں اور عورتوں دونوں ہی میں کوئی تسلی بخش صورتحال نہیں۔ دراصل پچھلے چند برسوں سے ہمارا طرز زندگی بہت حد تک غیر سائنسی اور غیر طبعی ہوتا جا رہا ہے۔ ہم نے سائنسی اور تکنیکی سہولتوں کے حاصل ہوتے ہی آرام طلبی بھی اختیار کر لی۔ غیر متوازن غذا جس میں خاص کر جنک فوڈ شامل ہے ہمارے روٹین کے کھانوں میں شامل ہوگیا جس سے بلڈ پریشر اور ہارمونل نظام میں بگاڑ کے مسائل پیدا ہوگئے۔ میرے پاس نوجوان بچیوں کی بڑی تعداد P.C.O جیسے پیچیدہ مرض میں مبتلا ہو کر آتی ہیں۔ اس عمر میں پہلے بھی ایسے امراض سننے میں نہیں آتے تھے، کیونکہ غذائی ترجیحات تبدیل ہوگئی ہیں۔ صحت کے لئے کیا اچھا ہے؟ کیا برا ہے؟ کھاتے وقت سوچنا ہی ترک کر دیا گیا ہے۔ بڑی حیرت ہوتی ہے کہ کچھ مائیں ایام کے دنوں میں بچیوں کو گوشت اور خاص کر مچھلی کا گوشت کھانے سے روکتی ہیں۔ ایسا نہیں ہونا چاہئے، لیکن میرے مشاہدے کے مطابق تو آج کل نوجوان لڑکیاں عام دنوں میں بھی گوشت کم کھاتی ہیں اور انہیں مچھلی کھانے سے بھی خاص رغبت نہیں جبکہ انہیں پروٹین اور آئرن کی سخت ضرورت ہوتی ہے۔ ایک تو ہڈیوں کی نشوونما اور دوسرے نیا خون بنانے کے پروسیس کے لئے گوشت کو لیموں چھڑک کر کھانا بہت ضروری ہوتا ہے۔ لڑکیوں کو یوں بھی آئندہ وقتوں کے لئے جسم کو تیار کرنا ضروری ہوتا ہے۔ زچگی اور حمل کی تیاری شروع عمر ہی میں کی جانی چاہئے۔ لیکن ہماری بیشتر بہنیں اس طبعی ضرورت کو اہم نہیں سمجھتیں۔ مچھلی کو avoid کرنا سخت نقصان دہ ہے۔

> صحت مندانہ طرز فکر یہ ہے کہ سادہ کھانوں اور کوالٹی کی ورزش کو فیملی ٹائم بنالیا جائے۔ بچے، بڑے ایک روٹین طے کرلیں

P C.O آج کل کی نئی بیماری ہے۔ اگر سادہ غذائیں کھانے کا مشورہ قبول کرلیا جائے اور پابندی کے ساتھ ورزش بھی کی جائے، زیادہ پیچیدہ نہیں صرف کھلے پارک یا میدان میں 30 منٹ تیز تیز چہل قدمی کرلی جائے یا گھر ہی میں Treadmill رکھ لی جائے اور روزانہ ورزش کا معمول بنالیا جائے تو آسانی سے کیلوریز جلائی جا سکتی ہیں۔ ایک دفعہ وزن بڑھ جائے تو پھر کم کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ صحت مندانہ طرز فکر یہ ہے کہ سادہ کھانوں اور کوالٹی کی ورزش کو فیملی ٹائم بنالیا جائے۔ بچے، بوڑھے اور نوجوان مل جل کر ایک روٹین طے کرلیں کہ فلاں وقت پر سب واک پر جائیں گے یا بیڈمنٹن کھیلیں گے، جاگنگ کریں گے تو وہ ایک دوسرے کو دیکھ کر سستی و کاہلی پن کا شکار نہ ہوں اور پُرلطف انداز میں ورزش کر لی جائے۔ بوریت اور اکتاہٹ جیسے احساس کاہلی سے محنت کو ضائع کر دیتے ہیں۔ ایک دفعہ ذہن کو بیدار اور آمادہ کرنے کی ضرورت ہوا کرتی ہے اس کے بعد انسان اپنا خیال خود رکھنے کے لائق ہو جاتا ہے یا یوں سمجھ لیجئے کہ محتاط رویہ اختیار کرکے ورزش کے معمولات کی پابندی کرنے لگتا ہے۔ ہماری نوجوان بچیاں دودھ سے پرہیز کرنے لگی ہیں۔

کوشش کرنی چاہئے کہ دودھ خواہ بالائی اُترا ہوا پئیں مگر اسے چھوڑیں مت، اس ضمن میں ہمارے معاشرے میں بڑھتی ہوئی بچیوں کو دودھ پینے کی طرف راغب کرنے میں میڈیا ہی اہم کردار ادا کر سکتا ہے۔ کیلشیم کی کمی سے ہڈیوں کے بھربھرے پن کی شکایت پیدا ہوتی ہے۔ اوسٹیوپوروسس کو روکنے کی تدبیر جوانی ہی میں کی جانی چاہئے۔ اگر آپ اور ہم تین گلاس دودھ یا دہی روزانہ استعمال کریں تو بڑھاپا آرام سے کٹ سکتا ہے ورنہ

بڑھاپے میں اس عمل کو روکنے کی سنجیدہ کوشش بھی ناکام ہوتی نظر آتی ہے۔
بہت سی بیماریاں ایسی ہوتی ہیں جن میں ڈاکٹر تفصیل سے ڈائٹ بتاتے ہیں اور کچھ ایسی بھی ہیں جنہیں سرسری طور پر لیا جاتا ہے۔ ذیابیطس اور دل کے امراض ایسے حساس موضوعات ہیں جن میں غذا کا انتخاب نہایت اہمیت رکھتا ہے بلکہ یکسر طور پر غذا ہی تبدیل کردی جاتی ہے۔ ہونا تو یہ چاہئے کہ ہر بیماری کے لئے ڈائٹ ایجوکیشن دی جائے۔ کوکنگ آئل کسی صورت بھی خوراک سے خارج نہیں کیا جانا چاہئے صرف توازن کے ساتھ استعمال کرنا ضروری ہے۔ روغنیات کی اہمیت سے بھی واقفیت حاصل کرنا ضروری ہے۔ اسی لئے کہتے ہیں کہ ڈالڈا کوکنگ آئل ذائقے کے ساتھ غذائیت بھی فراہم کرتا ہے۔ ذیابیطس کے مریضوں کو میٹھا اور چاول احتیاط سے لینے چاہئیں۔ دوا کے ساتھ ساتھ نیوٹریشنسٹ کا رول بہت اہمیت رکھتا ہے۔ یہ ایک مکمل غذائی سائنس ہے جس میں ہر بیماری کا تدارک موجود ہے۔ ایسا نہیں کہ ہم سے رابطہ یا مشورہ کرنا امیر لوگوں کے چونچلے ہیں۔ نیوٹریشنسٹ کی فیس اتنی بھی زیادہ نہیں ہوتی کہ جو عام آدمی ادا نہ کرسکے۔ اپنی غذاؤں میں تصرف اور بے احتیاطی چھوڑ کر صحت کے کئی مسائل حل کئے جاسکتے ہیں۔ گوشت میسر نہ ہوسکے تو دال بہترین نعم البدل ہے۔ کھلا دودھ میسر نہ ہوسکے تو ڈبے کا پاؤڈر لیا جاسکتا ہے۔ آج کل اضافی خوراکوں پر مشتمل سپلیمنٹس لینے کا رجحان فروغ پا رہا ہے اس ضمن میں خیال رکھیں کہ اگر آپ کا بچہ کسی جسمانی عارضے میں یا طویل بیماری کے بعد نقاہت محسوس کرتا ہے تب بھی بچوں کے امراض کا ماہر ڈاکٹر ہی سپلیمنٹس تجویز کرے تو بہتر ہے، کیونکہ یہ عمل بھی خود علاجی کے زمرے میں آتا ہے۔ اگر آپ نے اشتہاروں سے متاثر ہوکر کوئی سپلیمنٹ لینا شروع کردیا تو ضروری نہیں کہ اس کے اجزاء بچے کی طبی و جسمانی ضرورتوں کے عین مطابق ہوں۔ یہ علاج معالجے کا نارمل طریقہ نہیں ہے۔ آپ بچے کو تازہ اور دستیاب سبزیاں، پھل، گوشت اور دیگر غذائیں دیں۔ اگر بچے کھانے میں ضد یا چڑچڑے پن کا مظاہرہ کرنے لگیں تو ان کا مینیو بدل دیں اور ہر کھانے کی taste بہتر بنا کر دیکھیں۔ پریزنٹیشن عمدگی سے کی جائے تو کھانا خود بخود appeal کرنے لگتا ہے۔

افطاری میں کھجور، فروٹ چاٹ یا سلاد ضرور لیں۔ اگر ایک روز سموسہ کھا رہی ہوں تو دوسرے روز پکوڑے کھائیں

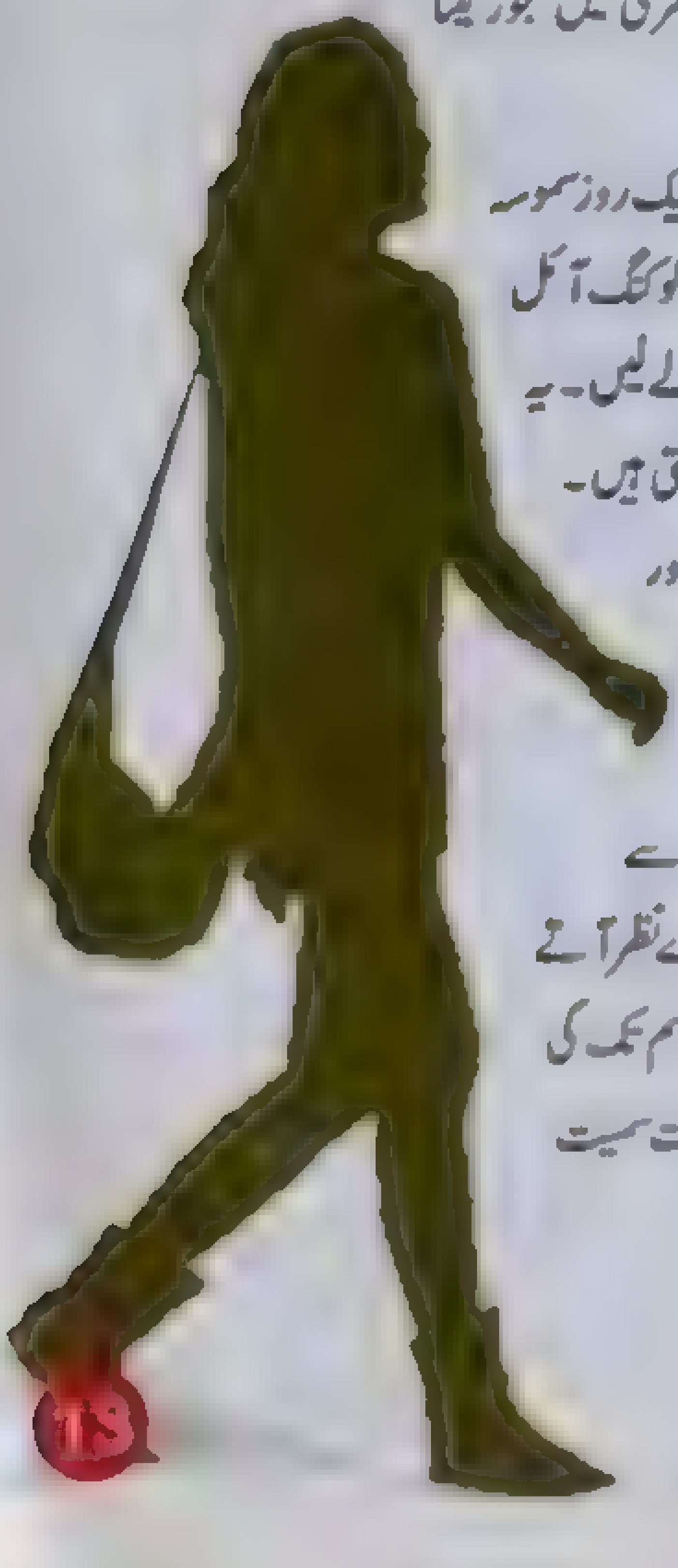
ہمارے جسم کا ہم پر حق ہوتا ہے مائیں بچوں کے ساتھ ساتھ خود اپنے آپ کو بھی نظر انداز نہ کریں۔ خاص کر ماں بننے والی خواتین اپنی ڈائٹ بہتر نہیں کرتیں کیونکہ ہمارے ہاں متوازن غذا کا شعور ناپید ہے یہ مسئلہ بھی اسی انداز کا ہے۔ لوگ کہتے ہیں کہ حاملہ خاتون کو دو افراد کا کھانا کھانا چاہئے یہ بات صحیح نہیں ہے۔ ہر چیز تو سائنس سے proof نہیں ہوا کرتی، لیکن وزن بڑھ جانے سے ضروری امر یہ ہے کہ آپ کی غذا صحت بخش، معیاری اور غذائیت سے بھرپور ہو۔ اس غذا میں پروٹین، فائبر والے پھل اور سبزیاں اور کیلشیم کا ہونا نہایت ضروری ہے۔ ماں بننے کے اس پورے دور میں ڈائٹنگ کا تصور نہیں کیا جانا چاہئے۔ وزن بڑھ جانے سے زیادہ ترتیب دینے کی ضرورت ہوتی ہے، تاہم اگر وزن بڑھ بھی جاتا ہے تو یہ قدرت کا نظام ہے۔ ماں جب چھ ماہ یا سال بھر بچے کو دودھ پلاتی ہے تو آپ ہی آپ جسم نارمل وزن پر آجاتا ہے۔ ممکن ہو تو آپ جم جائیں یا یوگا کی ورزشیں بہت مدد دیتی ہیں۔ ہر خاتون اگر گھر کے کام کاج میں دلچسپی لے، کپڑے بیٹھ کر نہ دھوئیں بلکہ بیٹھ کر کام کرنا ترک ہی کردیں اور لیٹنے کے بجائے چلنے پھرنے والے کام کرتی رہیں تو بھی ورزش کے مقاصد حاصل ہوجاتے ہیں۔ پھل اور سبزیاں گھر کی کیاری میں اگانے کی کوشش کریں۔ دنیا بھر میں نامیاتی خوراک اور اس کے اجزاء مقبول ہونے کی وجہ یہی ہے کہ صحت پر کیمیائی محلول کے اثرات خطرناک نتائج مرتب کرتے ہیں۔ خالص سبزیوں اور پھلوں کی طرف لوٹنا بہت ضروری ہے۔

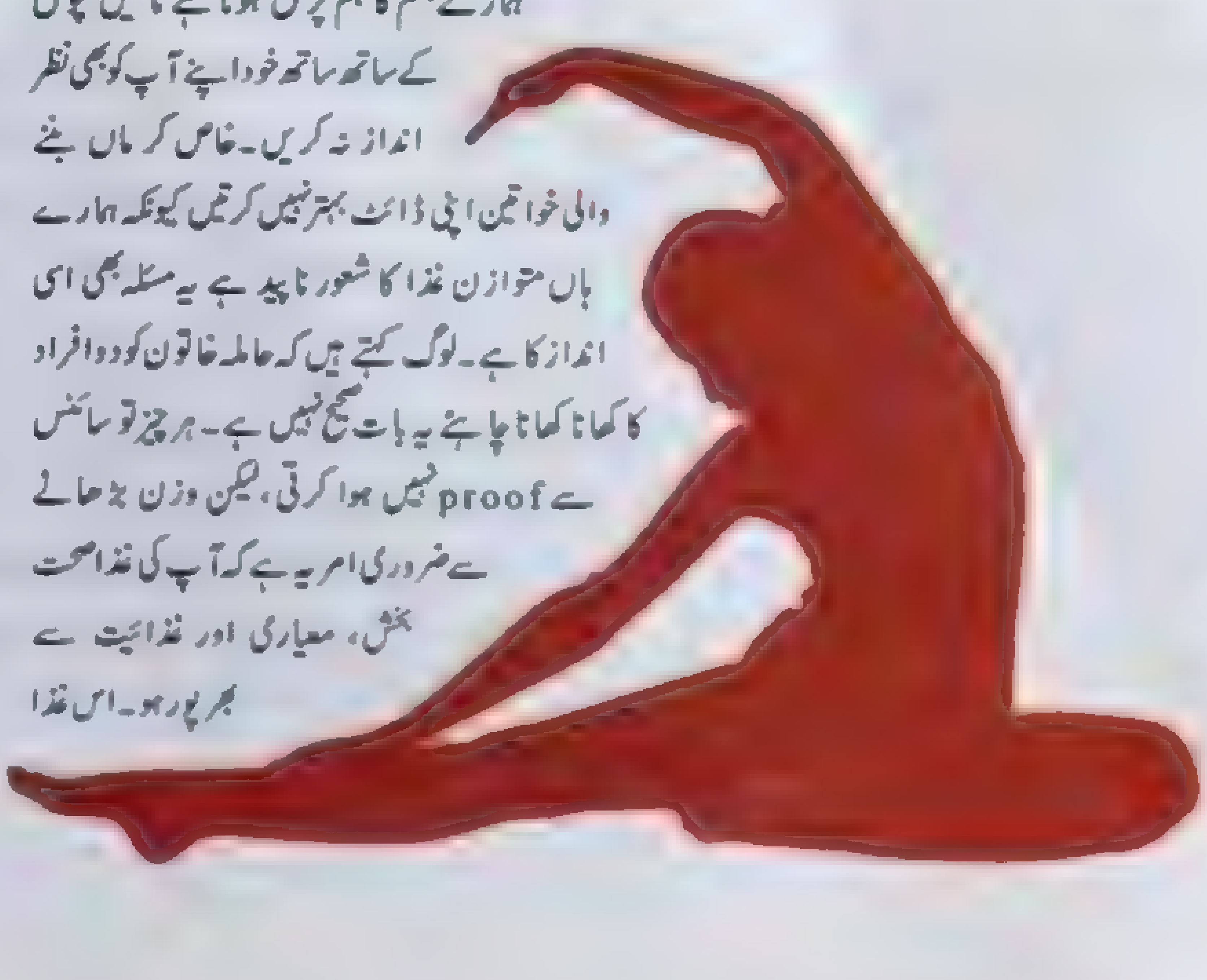
وٹامن D ایسا جزو ہے جو اضافی طور پر لیا جاتا ہے۔ سب سے آسان اور سستا علاج ہی دھوپ ہے۔ پریشان ہونے کی ضرورت نہیں صبح 6 سے 7 بجے اور شام 5 سے 6 بجے کہنیوں تک بازوؤں اور خاص کر ٹخنوں سے ٹانگوں تک کے اعضاء کو نرم دھوپ مہیا کریں، اس طرح قدرتی طور پر وٹامن D کی ضرورت پوری ہوجاتی ہے۔ ان مختصر اوقات کی دھوپ کی مشق ہفتے میں 4 دن کرلی جائے تو یہ exposure مضر اثرات نہیں چھوڑتا۔

اب ہماری قارئین بہنیں آجائیں ماہِ صیام کی جانب، یاد رکھئے کہ اپنی اور اپنے کنبے کی صحت برقرار رکھنے کے لئے سحری کرنا بہت ضروری ہے اس کی انرجی پر پورے دن کا انحصار ہوتا ہے۔

سحری... سحری میں انڈا کسی بھی شکل میں، کباب، سالن شوربے والا اور دہی لینا ضروری ہے۔ دودھ سحری میں ضرور پئیں۔ بالائی اُتار لیں یا Low fat والا ہو، افراتفری میں سحری نہ کریں۔ اس قدر گنجائش ضرور رکھیں کہ ایک آدھ پھل بھی کھاسکیں۔ سحری میں کھجور لینا افضل ہوتا ہے اور یہ توانائی کا منبع بھی ہے۔

افطاری... کھجور ضرور لیں، فروٹ چاٹ یا فروٹ سلاد ضرور لیں۔ اگر ایک روز سموسہ کھا رہی ہوں تو دوسرے روز پکوڑے کھائیں۔ جنہیں صحت بخش ڈالڈا کوکنگ آئل میں فرائی کیا گیا ہو۔ چھولے، لوبیا، کالے چنے یا دال بھنی ہوئی ضرور لے لیں۔ یہ اناج نہایت مقوی ہوتے ہیں۔ دہی پھلکیاں ہفتہ میں ایک آدھ بار لے سکتی ہیں۔
رات کا کھانا... ایک چپاتی یا چاول، چکن مٹن یا مچھلی کسی شکل میں لیں اور سلاد ضرور کھائیں۔ پانی کی مقدار میں کمی نہ کریں۔ پورے دن کی ضرورت کی تکمیل کے لئے 10-8 گلاس پانی ضرور پی لیں۔
رمضان میں انہی کا وزن بڑھتا ہے جو بے اعتدالی اور جسمانی ضرورت سے بڑھ کر کھاتے پیتے ہیں اور بجائے تروتازہ رہنے کے مضمحل اور تھکے ماندے نظر آتے ہیں۔ ماہِ صیام detoxification کا مہینہ ہے یعنی روح سے لے کر جسم تک کی صفائی، طہارت و پاکیزگی کا خیال رکھنا ضروری ہے۔ اسے اس کی روحانیت سمیت گزاریے۔

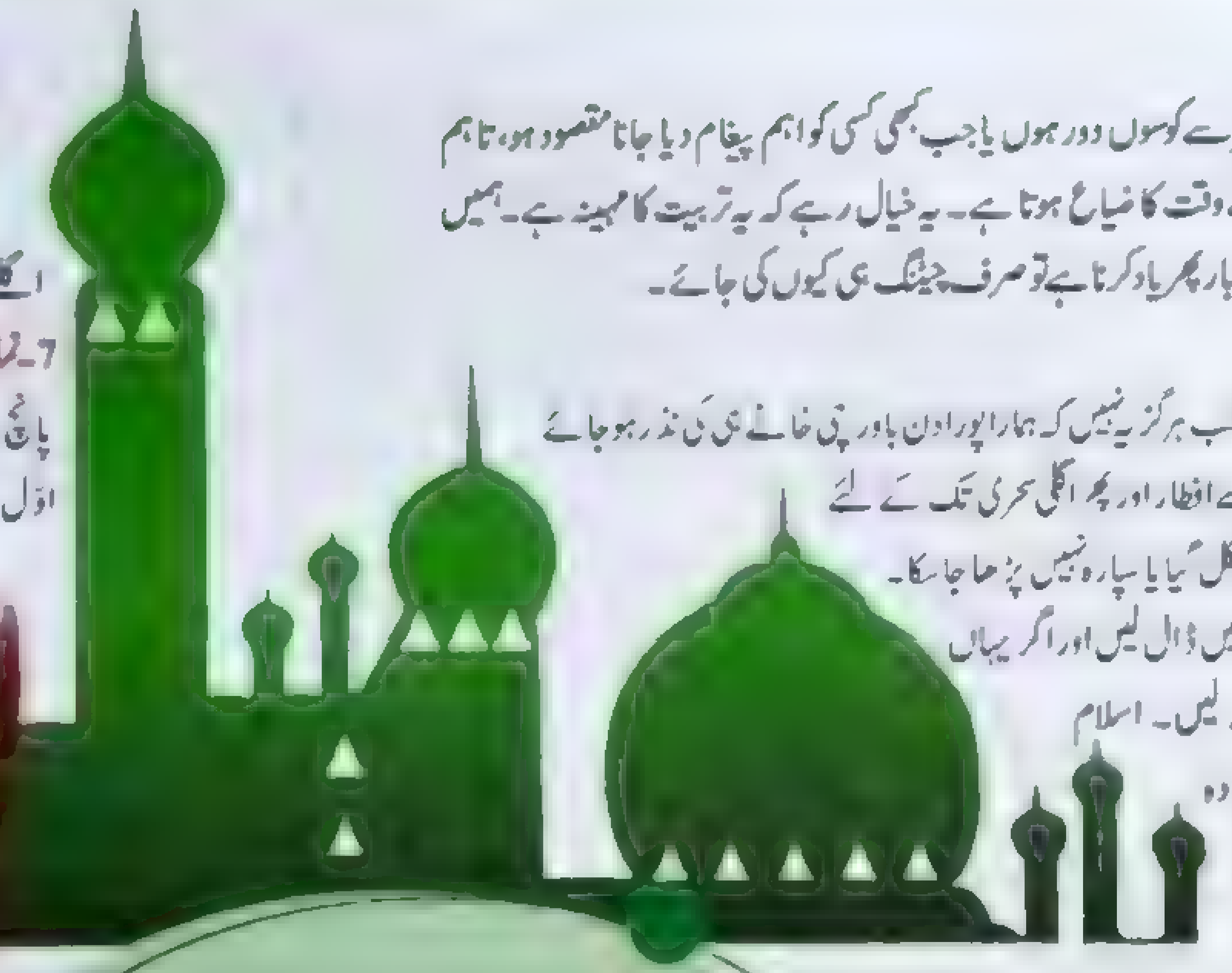




استقبالِ رمضانِ کریم

آیئے اِس بابرکت مہینے میں وقت کا درست استعمال کریں

رمضان المبارک کی بابرکت گھڑیاں ہمارے درمیان ہیں۔ ہم چاہتے ہیں کہ نہایت خشوع وخضوع سے طاق راتوں کی عبادات بھی کرلیں اور ہماری سماجی زندگی بھی متاثر نہ ہو۔ زندگی کے بکھیڑے بھی نبٹتے رہیں اور عید کی تیاری بھی ساتھ ہی ساتھ ہوتی رہے۔ پھر بھی بیشتر افراد کہتے ہیں "ہماری نیند پوری نہیں ہوتی" جبکہ دفتری اوقات کار میں نرمی برتی جاتی ہے۔ حکمتِ عملی یہی ہے کہ ہم منظم ہو جائیں اور اپنے وقت کو مناسب تقسیم اور ترتیب دے دیں تب کوئی آرام اور وقت کی کمی کی شکایت نہیں کرسکے گا۔ ذیل میں چند tips شائع کئے جا رہے ہیں جن کی مدد سے ہم تطہیر کے عمل سے گزر کر اپنے شب وروز بہتر انداز میں گزار سکیں گے۔



1۔ سیل فونز کی سوشلائزنگ کم کردیں

رابطہ کی یہی ایک اہم سہل ہے جب ہم گھر سے کوسوں دور ہوں یا جب بھی کسی کو اہم پیغام دیا جانا مقصود ہو، تاہم غیر ضروری اور طویل گفتگو یا پیغام رسانی سے وقت کا ضیاع ہوتا ہے۔ یہ خیال رہے کہ یہ تربیت کا مہینہ ہے۔ ہمیں انسانیت کے بھولے ہوئے اسباق کو بھی ایک بار پھر یاد کرنا ہے تو صرف چیٹنگ ہی کیوں کی جائے۔

2۔ کھانا پکانا ہے تو توازن کے ساتھ

رمضان المبارک کے بابرکت مہینے کی آمد کا مطلب ہرگز یہ نہیں کہ ہمارا پورا دن باورچی خانے ہی کی نذر ہو جائے اور ہم یہ جواز دیتے رہ جائیں کہ ہمیں سحری سے افطار اور پھر اگلی سحری تک کے لئے لوازمات تیار کرنے ہیں اس لئے نماز کا وقت نکل گیا یا سپارہ نہیں پڑھا جاسکا۔ آپ کا کچن اگر کشادہ ہے تو ایک کرسی کچن ہی میں ڈال لیں اور اگر یہاں بیٹھے بیٹھے اپنا سپارہ پڑھ سکیں تو ضرور پڑھ لیں۔ اسلام آسانیاں چاہتا ہے۔ اپنے دسترخوانوں کو بھی سادہ رکھنے ہی میں عافیت ہے۔ تلنے تلانے والا کام بھی نمازِ عصر کے بعد ہی شروع ہوتا ہے، لہٰذا آرام بھی کرلیں۔

3۔ رمضان عید کی شاپنگ کے لئے نہیں آتا

یہ یاد رکھیں کہ روزہ اس لئے نہیں رکھا گیا کہ دوپہر کو عید کی شاپنگ کے لئے جانا ہے۔ یہ عمل تو دراصل فرائض سے غفلت کی نشاندہی کرتا ہے۔ ماہِ شعبان میں یا پھر پندرہ رمضان کے بعد تراویح ختم ہونے پر بچوں کو شاپنگ کرائیے۔

4۔ لیلۃ القدر کو تلاش کرنا ہے

آخری عشرے کی عبادات بانصیب لوگوں کے حصے میں آتی ہیں، لہٰذا انہیں پردوں کی دھلائی، برتنوں کی خریداری یا کپڑوں کی سلائی کے لئے درزیوں کے چکر لگاتے ہوئے نہ گزاریں۔ رمضان المبارک میں وقت کا ہدف متعین ہونا ضروری ہے اور اسی طرح زندگی میں انتظامی امور انجام دینے آسان ہوتے ہیں۔ ہمیشہ ایک ماہ قبل خریداری کی منصوبہ بندی کرلیا کریں اسی طرح اپنے لئے آسانیاں مہیا ہوسکتی ہیں ورنہ آپ ہمیشہ الجھی اور الجھاتی رہیں گی۔

5۔ روزہ کشائی اور دعوت افطار حبرک محافل ہیں

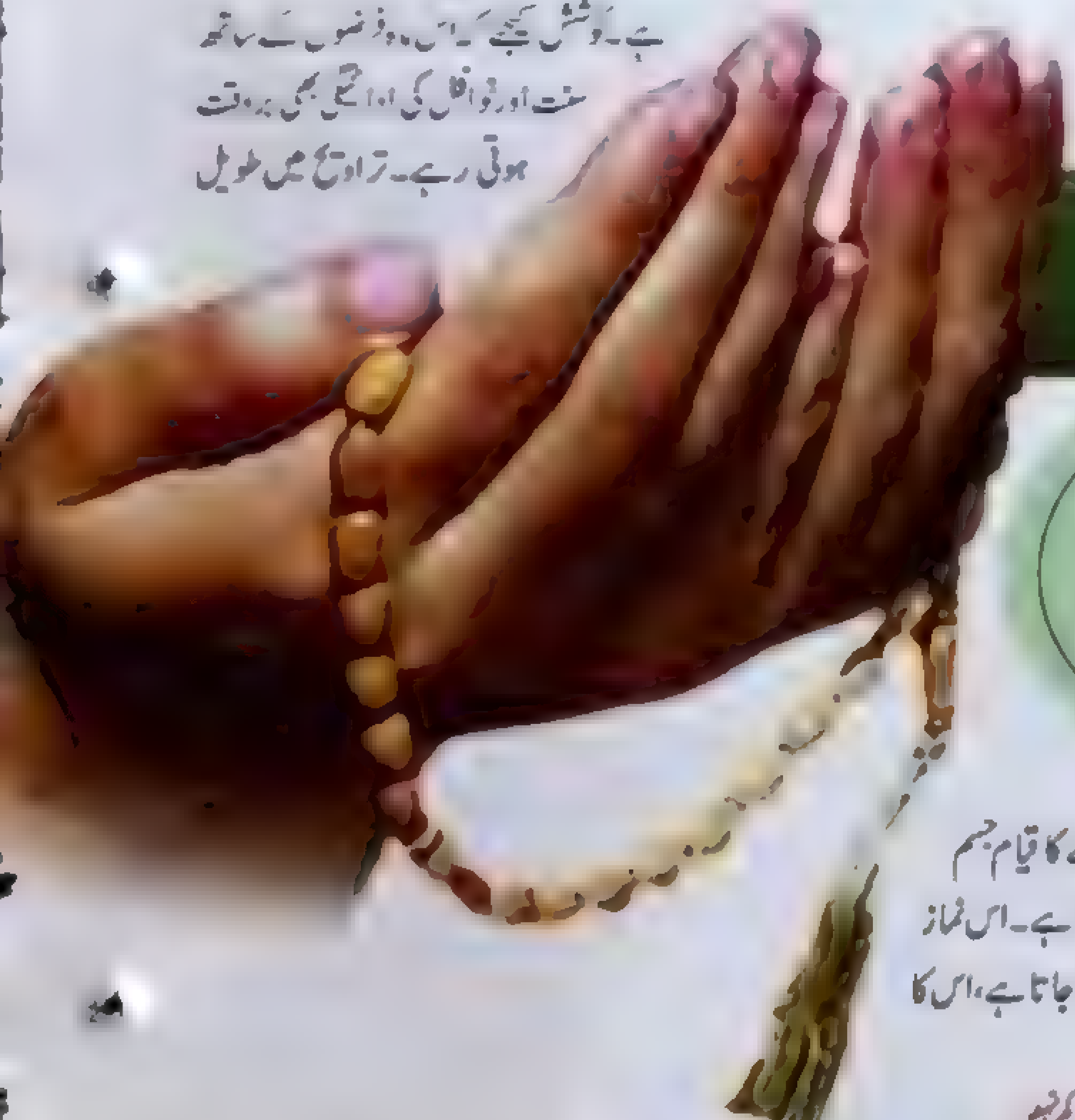
چھوٹے بچے روزہ رکھیں تو ان کی حوصلہ افزائی ضرور کریں۔ وہ اسی صورت ممکن ہے کہ آپ ان کے کزنز اور دوستوں کے ہمراہ دیگر عزیز واقارب کو افطار پر مدعو کریں۔ بچے کے لئے تحائف خریدیں اور جتنا اہتمام سالگرہ کی تقریب آراستہ کرنے میں صرف کرتے ہیں اس سے بڑھ کر ان مذہبی اجتماعات اور افطار دعوتوں پر توجہ دیں۔ بچے کو ہار پھول اور اس کے پسندیدہ اور اچھے لباس پہنائیں۔ اس کی پسندیدہ ڈشز کا اہتمام کریں اور اگر ممکن ہو تو اس یادگار موقع کو کیمرے میں محفوظ بھی کرلیں۔ یہ زندگی کا خوبصورت ترین لمحہ ہوتا ہے جو تصویروں اور یادوں کی صورت میں ذہن و دل میں ہمیشہ کے لئے محفوظ ہو جاتا ہے۔ اس روزہ دار بچے کی دیکھا دیکھی دوسرے چھوٹے بچوں کو بھی روزہ رکھنے کی تحریک کے ساتھ ساتھ مذہبی شعار اور اخلاقی تربیت سے اچھے مسلمان بننے کی ترغیب بھی ملتی ہے۔

6۔ رمضان سونے کا مہینہ نہیں

نیند میں کمی کی شکایت کرکے زیادہ تر وقت سوتے ہوئے گزارنے کی عادت بھی ناز یبا ہلاتی ہے۔ مسلمان کو اپنے فرائض کی تکمیل کے لئے شخصی اور ذاتی آرام کم کرنا ضروری ہے۔ یہ خدا کے سوا کوئی نہیں جانتا کہ یہ ماہِ صیام زندگی کے اگلے برس میں دوبارہ نصیب ہو سکے گا یا نہیں۔

7۔ نماز کا اوّل وقت ہی سعد ہوتا ہے

پانچ وقت کی نمازوں کے علاوہ نماز تراویح کا اہتمام کرنا جس قدر ضروری ہے اتنا ہی اوّل وقت یعنی اذان ہونے کے بعد اور قضا کے وقت سے پہلے نماز ادا کرنا افضل ہوتا ہے۔ کوشش کیجئے کہ اس دوران فرضوں کے ساتھ سنت اور نوافل کی ادائیگی بھی بروقت ہوتی رہے۔ تراویح میں طویل دورانیے کا قیام جسم اور روحانی طہارت کا وسیلہ ہوتا ہے۔ اس نماز کو باقاعدہ اور باجماعت ادا کیا جاتا ہے، اس کا اہتمام ضرور کرلیا کریں۔



عرشِ بریں سے انعامات کی ایسی بارشیں شاید ہی کسی اور ماہ ہوں گی۔ معتبر جانئے اِس ماہِ صیام کو!

8۔ نمازِ تہجد کی ادائیگی کسی نعمت سے کم نہیں

سحری میں صرف آدھ گھنٹہ پہلے بیدار ہوکر تہجد کے نوافل کی ادائیگی ہو جائے اور آپ اپنے رب سے گڑگڑا کر دعا میں مانگ لیں، کہتے ہیں کہ ابتدائے سحری کی یہ دعائیں خالی نہیں جاتیں۔ عرشِ بریں سے انعامات کی ایسی بارشیں شاید ہی کسی اور ماہ ہوں گی۔ معتبر جانئے اس ماہِ صیام کو!

9۔ زکوٰۃ وخیرات کی فضیلت

ہمارا مذہب بھائی چارے اور اخوت کو فروغ دیتا ہے لیکن ساتھ ہی ساتھ مال ودولت کی منصفانہ تقسیم کا بھی خیال رکھنے پر زور دیتا ہے۔ زکوٰۃ اپنے سفید پوش رشتے داروں اور پڑوسیوں سے شروع ہوکر چیدہ چیدہ مستحقین تک پہنچ کر دین کے اہم ستون کی تکمیل کرتا ہے۔ بچوں کو بھی خیرات کے اس عمل میں اپنے ہمراہ شریک کرلیں اور انہیں اپنے شہر کے خیراتی اداروں میں لے جائیں۔ ان کے ہاتھ سے صدقات کی تقسیم کروائیں تاکہ انہیں دھرتی سے جڑے رہنے اور عام آدمی کے دکھوں اور مصائب کا بھرپور اندازہ ہو سکے۔

10۔ آخری عشرہ تلاش کرنے سے ملتا ہے

جاگنے والی راتوں کی تاریخوں کو یاد رکھیں اور اپنی پیاری نیند کو قربان کرکے ذکرِ الٰہی میں کچھ وقت صرف کریں یقیناً آپ ہی وہ خوش نصیب انسان ہیں جنے زندگی کی نوید ملی تو کیوں نہ اسے نیک اور صالح مسلمانوں کی طرح گزارا جائے۔

Brighto
Inspired by Nature
You desire, we create!
First ever in Pakistan by a National Paint Company
Brighto AllColor
Get the
color of your choice
in less than 3 minutes!
Brighto All-Color is an
Tinting System that takes you
the bounds
Now you can choose from
of colors, shades and nuances or even
create a new color to match your taste
and space
BRIGHTO PAINTS (PVT.) LTD.
UAN: +92-42-111-00-1973
www.brightopaints.com

ماہِ صیام، ذیابیطس اور آپ

شوگر کے مریض اپنا اسلوب زندگی بہتر کرلیں تو روزہ طبی معجزے سے کم نہیں

تحریر: ڈاکٹر طارق سہیل میر
ڈائیبیٹولوجسٹ، نیورلجسٹ

ذیابیطس کے مریضوں کے ذہنوں میں یہ ابہام پایا جاتا ہے کہ کیا وہ روزہ رکھنے سے معذور تو نہیں اور کیا روزے کی حالت میں طبیعت کے بگڑنے کا اندیشہ تو نہیں۔ جبکہ طب ہمیں مکمل سائنسی رہنمائی کرتی ہے۔ شوگر کے بعض مریض روزہ رکھ سکتے ہیں کیونکہ یہ موٹاپے، بلڈ پریشر اور ذیابیطس تینوں امراض میں جسم کے لئے ڈھال بنتا ہے۔ رمضان کے تیس روزے جسمانی اور نفسیاتی صحت بحال کر دیتے ہیں اور چند ہی روز میں جسم اپنی طبعی حالت میں لوٹ آتا ہے۔ مریضوں کی بڑی تعداد اور گلوکوز کے میٹابولزم میں تبدیلی سے خوفزدہ نظر آتی ہے۔ عام طور پر فزیشن شوگر کے مریضوں کو خاص ہدایات دیتے ہیں، مثلاً

پہلا گروپ: ایسے افراد کی فاسٹنگ بلڈ شوگر کی سطح 100/mg/dl ہونی چاہئے اور کھانے کے بعد 160 تک ہو۔

دوسرا گروپ: ایسے مریض جنہیں خون یا urine میں شکر کی سطح متوازن رکھنے کے لئے ہر روز یا دوسرے تیسرے روز دوا کھانی پڑتی ہے۔

تیسرا گروپ: ایسے افراد جو انسولین پر انحصار کرتے ہوں انہیں پابندی سے شوگر چیک کرانی چاہئے۔

ایسے افراد جو ورزش پابندی سے کرتے ہوں اور اپنے خون میں موجود شکر کی سطح کی جانچ کرتے رہتے ہوں۔

یہ تمام افراد اپنی ادویات کی خوراک اور وقت کا تعین کرکے روزہ رکھیں تو بہتر ہے۔ ممکن ہے کہ دوا کی کچھ مقدار سحری اور پھر کچھ افطار کے وقت تقسیم کردی جائے۔ ایک مکمل Dose کے دو حصے کیے جاسکتے ہیں۔ شام کی خوراک سحری میں استعمال کروائی جاسکتی ہے۔

دوا لینے والے مریضوں کو خاص ہدایت کی جاتی ہے کہ ڈاکٹر سے مشورے کے بعد روزہ رکھیں۔ آپ کے لئے بہتر ہے کہ رمضان شروع ہونے سے دو ہفتے قبل دوا کی خوراک اور شکر کی جانچ کروائیں۔

تیسرے گروپ کے افراد روزہ نہ رکھیں تو بہتر ہے یہ ٹائپ I ذیابیطس میں مبتلا ہوتے ہیں اور ان کی صحت کا دارومدار انسولین پر ہوتا ہے۔ ان کی شکر صرف اسی طرح کنٹرول میں رہ سکتی ہے۔

روزہ کن مریضوں کے لئے نقصان دہ ہوسکتا ہے؟

ایسے مریض جنہیں Diabetic Nephropathy یعنی گردے کے امراض لاحق ہوں یا جن کا جگر متاثر ہو، وہ کسی درجے کے ہیپاٹائٹس میں مبتلا ہوں۔ تفکرات، اوہام یا کسی پریشانی میں مبتلا ہوئے بغیر ان مریضوں کو اپنی شوگر خود مانیٹر کرنی چاہئے۔ خاص کر بلڈ شوگر Low ہونے کی علامتوں کو مدِنظر رکھنا چاہئے۔ سحری سے پہلے یا دو گھنٹے بعد اس کی جانچ کرلینی چاہئے۔

خاص کر hypoglycaemia ایسی علامت ہے، جس میں مریض کی بھوک شدت سے بڑھتی ہے۔ بینائی میں دھندلاہٹ آتی ہے۔ سر درد، منتشر الخیالی، اختلاج قلب یا دل کی دھڑکن کا بے ربط ہونا، پسینے کا حد زیادہ اخراج ایسی بنیادی علامتیں ہیں جن کو سمجھنا ضروری ہے۔ خطرے کی گھنٹی اسی وقت بجتی ہے جب شکر کی سطح 100mg/dl سے بہت نیچے گرتی ہے تب ایسے مریض کو روزہ توڑنا پڑتا ہے۔ اگر آپ نے رمضان آنے سے قبل اپنا طبی معائنہ کرالیا ہو اور ڈاکٹر آپ کو روزہ رکھنے کے اہل قرار دے چکے ہوں تو یہ نوبت نہیں آتی نہ ہی صحت کے مسائل پیچیدگی اختیار کرتے ہیں۔

ذیابیطس کے مریض کی ڈائٹ کیسی ہونی چاہئے؟

اکثر پوچھا جاتا ہے کہ رمضان المبارک میں کیسی غذا لینی چاہئے۔ طبی نقطہ نظر سے کھانے میں تمام غذائی گروپ ہونے چاہئیں، مثلاً سبزیاں، روٹی، دلیہ، آلو، دودھ، دہی اور پھل۔ پروٹین کی مد میں گوشت، مچھلی، انڈے اور ذائقہ کے لئے زیتون کا تیل ضرور لیں، اسے ترک کرنا قطعاً مفید نہیں ہوتا۔

پیچیدہ کاربوہائیڈریٹس بھی ضرور لئے جائیں یہ نشاستے والی غذائیں جن میں روٹی، چاول، دالیں، چنے، لوبیا، سویابین اور بھوسی والا آٹا شامل ہے۔ آہستہ آہستہ ہضم ہوتی ہے۔ اگر آپ نے اپنے دسترخوان پر ڈیپ فرائیڈ آئٹم کے ساتھ ساتھ مٹر، لوبیا اور چنے یا بیک کی ہوئی اشیاء بھی رکھیں تو متوازن غذا مل سکے گی۔ ہمارے نبی حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کھجور کا حریرا، حلیم، شوربے والا سالن اور عصیدہ گوشت کا سالن کھایا کرتے تھے۔

ذیابیطس کے مریض اسلوب زندگی بدل دیں اور غذا سے بھاری کنٹرول کرکیں تو روزے رکھ سکتے ہیں۔ وہ مریض جو انسولین یا موروثی ادویہ پر ہوں ان کے لئے روزہ دشوار ہوسکتا ہے۔ ان مریضوں کو رخصت کی اجازت ہے۔

بلڈ پریشر کے مریض روزہ رکھ سکتے ہیں، سحری اور عشاء کے وقت دوائیں لے کر اپنا خیال رکھ سکتے ہیں۔ خیال رہے کہ رمضان المبارک میں باورچی خانے کا خرچہ یعنی اخراجات حد سے تجاوز نہ ہونے پائیں ورنہ آپ کا وزن بھی بڑھ سکتا ہے۔

روزے کے دوران دل کے پٹھوں کو آرام ملتا ہے اور خلیات کے درمیان Intercellular مائع کی مقدار میں کمی کی وجہ سے ٹشوز یعنی پٹھوں پر دباؤ کم ہوجاتا ہے۔ یہ دباؤ ڈایاسٹولک دل کے لئے بہت اہمیت رکھتا ہے۔ روزے کی حالت میں یہ پریشر کم ہوتا ہے، لہٰذا دل آرام و سکون محسوس کرتا ہے۔ روزے کی بدولت مفید قلب چکنائیاں جنہیں HDL کہا جاتا ہے اس کی سطح میں اضافہ ہوتا ہے اور مضر قلب چکنائیوں یعنی LDL کی سطح میں کمی واقع ہوتی ہے اور شریانوں میں خون کی روانی نارمل رہتی ہے۔ رات کے کھانے کو پُرتکلف نہیں بنانا چاہئے یعنی گوشت، دودھ، دہی اور مچھلی کم مقدار میں کھائیں۔ یاد رکھیں کہ جسم میں کولیسٹرول رات کے وقت بنتا ہے جو دل کے امراض کا سبب بن سکتا ہے۔ پابندی کسی چیز کی نہیں لیکن کم مقدار میں کھائیں اور پانی پینے کی گنجائش ضرور رکھیں۔

اکثر پوچھا جاتا ہے کہ رمضان المبارک میں کیسی غذا لینی چاہئے۔ طبی نقطہ نظر سے کھانے میں تمام غذائی گروپ ہونے چاہئیں

غذا کا انتخاب ہی اصل میں ایسا ہدف ہے جس تک پہنچنا ضروری ہے۔ اصل میں ہماری کھانے کی بے اعتدالیوں کی وجہ سے جسمانی عارضے لاحق ہوتے ہیں۔ شوگر کے مریضوں کو روایتی طرز کی سحری سے پرہیز کرنا ضروری ہے۔ وہ سحری میں کچلے، پھینی، پراٹھے اور انڈے نہ کھائیں تو بہتر ہے۔

روایتی قورمے یا شوربے والے سالن کے ساتھ لال آٹے (بغیر چھنے ہوئے آٹے) کی دو چپاتیاں یا ڈبل روٹی کے دو سلائس لے سکتے ہیں۔

ایک گلاس بالائی اترا ہوا دودھ لینا ضروری ہے۔ پینے لگیں تو ایک پھل ضرور کھالیں۔

ٹھہر ٹھہر کرکے چند گلاس پانی پی لیں لیکن کبھی بھی ایک ساتھ چار پانچ گلاس نہ پئیں۔

افطار کے وقت بھی جدید طرز فکر کی حامل غذائیں لیں، مثلاً کم مصالحوں والی لیکن شکر کا اضافی استعمال نہ کریں۔ اپنی کیلوریز کو نہ بڑھنے دیں۔ ہمیشہ اپنے فزیشن سے مشورہ کرتے رہیں اور محتاط انداز سے رمضان گزاریں۔

سحر و افطار، ڈالڈا کے ساتھ

رمضان المبارک کا مہینہ بے شمار اجر و ثواب اور وسیع مغفرت کی نوید لے کر آتا ہے۔ اس ماہ عالم اسلام میں ایک رونق پرور جوش و خروش دیکھنے میں آتا ہے۔ ایسا معلوم ہوتا ہے کہ ایک ماہ کے لئے زندگی بدل سی جاتی ہے۔ یہ تبدیلی صرف سونے، بیدار ہونے اور اوقات خورد و نوش تک محدود نہیں رہتی بلکہ ہمارے روزمرہ مینیو میں بھی خصوصی اہتمام کے ساتھ ایسی کئی ڈشز شامل ہو جاتی ہیں جو سال کے دیگر دنوں میں اتنی کثرت سے استعمال نہیں ہوتیں جتنی کہ اس مہینے میں ہوتی ہیں۔ روزے داروں کو افطار کروانا بھی بہت بڑی

سعادت ہے لہٰذا افطار کی دعوتوں اور اس کے علاوہ محلے اور عزیز و اقارب میں افطاری بھیجنے کا بھی خاص اہتمام کیا جاتا ہے۔ یہ سلسلے حصول قرب الٰہی کا ذریعہ ہونے کے ساتھ ساتھ معاشرتی و خاندانی سطح پر اپنائیت اور خلوص میں خاطر خواہ اضافے کا باعث بھی ہوتے ہیں۔ دیگر مسلم ممالک کی طرح ہمارے ہاں بھی بہت سی ڈشز رمضان المبارک کے موقع پر خاص طور سے بنائی جاتی ہیں۔ ان میں ڈیپ فرائیڈ اشیاء کی فہرست بہت طویل ہے۔ خصوصاً سحر کے وقت دودھ جلیبی، کھجلہ پھینی اور پراٹھے جبکہ افطار میں مچھلی اور سبزیوں سے تیار کئے گئے پکوڑے، سموسے، اندرسے، دہی بڑے، چنے کی دال اور چھولوں کی چاٹ بہت پسند کئے جاتے ہیں۔ چند روزوں کے بعد دیکھنے میں آتا ہے کہ اکثر افراد طبیعت میں گرانی اور بوجھل پن کا شکار ہونے لگتے ہیں۔ دوسری جانب گھریلو خواتین یہ شکوہ کرتی نظر آتی ہیں کہ اتنی محنت سے تیار کی گئی افطاری گھر والوں نے ٹھیک طرح نہیں کھائی۔ کافی چیزیں بچ جاتی ہیں جو سحر کے وقت نہیں کھائی جاتیں اور اگلے روز تازہ افطاری بنائی جاتی ہے۔ اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ آپ اپنی پسند کی ڈشز بنانا یا پھر کھانا ہی ترک کر دیں۔ اس کا آسان ترین حل یہ ہے کہ مینیو میں سے ایک یا دو ڈشز کو کم کر دیں اور اگلے دن کے مینیو میں شامل کر دیں یا پھر تمام چیزیں بنائیں لیکن ان کی مقدار میں تھوڑی کمی کر دیجئے۔ اس طرح خوراک کا ضیاع بھی نہیں ہوگا اور روزہ داروں کو ان کی پسند کے مطابق افطاری بھی ملتی رہے گی۔ سحر اور افطار میں مشروبات کا خاص اہتمام کیا جاتا ہے۔ یہاں کوشش کیجئے کہ گھر پر تیار کئے گئے تازہ ملک شیک، جوس، اسکنجبین، لسی اور ستو کے استعمال کو ترجیح دیں۔

گرمیوں میں پسینہ اور حدت کی وجہ سے جسم میں پانی کی قلت کا اندیشہ رہتا ہے۔ مناسب مقدار میں پانی فراہم نہ ہونے کی صورت میں انسانی جسم میں پانی اکٹھا کرنے کا رجحان بڑھ جاتا ہے جس کی وجہ سے چہرے اور ہاتھ پیروں پر سوجن اور جسم میں کثافت کے تناسب میں اضافہ ہوتا ہے۔ یہ کیفیات مجموعی صحت کو متاثر کرتی ہیں۔ دیر ہضم غذاؤں کا استعمال نظام ہاضمہ پر اثر انداز ہوتا ہے اور روزہ داروں کی طبیعت مضمحل رہتی ہے۔ تھوڑی سی احتیاط ہمیں ان تمام تکالیف سے محفوظ رکھ سکتی ہے۔ سحر میں کھائے جانے والے پراٹھوں سے لے کر افطار میں بنائی گئی ڈیپ فرائیڈ ڈشز تک سبھی ڈشز ماہرین حفظانِ صحت کے بین الاقوامی اصولوں کے مطابق تیار کئے گئے ڈالڈا کوکنگ آئل میں بنائیں۔ ڈالڈا کی ساٹھ سالہ مہارت اور انٹرنیشنل ٹیکنالوجی کی بدولت اس بات کو یقینی بنایا جاتا ہے کہ اعلیٰ معیار کی مصنوعات مناسب ترین قیمت پر صارفین کو فراہم کی جائیں۔ سن فلاور، سویا بین اور کنولا آئل لذت اور غذائیت کے لئے دنیا بھر میں مقبول ہیں۔ ان صحت بخش خوردنی تیلوں کے شاندار بلینڈ ڈالڈا کوکنگ آئل کی تیاری میں ضروری غذائی اجزاء کو محفوظ کیا جاتا ہے۔ غیر معیاری کوکنگ آئل میں بہت تیز درجۂ حرارت اور غیر ضروری ریفائنگ اس میں موجود ضروری قدرتی غذائیت کے ضائع ہو جانے کا سبب بنتی ہے۔ ڈالڈا کوکنگ آئل کی تیاری میں ان ضروری غذائی اجزاء کو محفوظ کیا جاتا ہے اور اس میں موجود اضافی وٹامن D, A اور E بہتر صحت اور نشوونما میں اہم کردار ادا کرتے ہیں اور آپ چاہیں کہ مخصوص کھانوں جیسے بریانی، پراٹھوں، زردے اور شاہی ٹکڑے وغیرہ بناسپتی گھی میں تیار کئے جائیں تو ڈالڈا VTF بناسپتی بہترین انتخاب ہے۔ عام بناسپتی میں مضرِ صحت چکنائی جسے ہم ٹرانس فیٹ کے نام سے جانتے ہیں 20 فیصد یا اس سے زائد مقدار میں موجود ہوتی ہے۔ ڈالڈا VTF بناسپتی پاکستان کا پہلا بناسپتی ہے جس میں ٹرانس فیٹس کی مقدار کو ایک فیصد سے بھی کم کر دیا جاتا ہے اور اس میں موجود اضافی وٹامن A اور D اسے صحت بخش ترین بناسپتی بناتے ہیں۔ معیاری اجزاء کے انتخاب، کھانے میں اعتدال، پکانے میں پسند اور کھانے کی مقدار کا درست تعین، کچی سبزیوں، پھلوں کا استعمال اور سحر و افطار کے درمیانی اوقات میں گھر پر تیار کئے گئے تازہ مشروبات اور پانی پینے کا اہتمام کیا جائے تو کوئی وجہ نہیں کہ ہم روزے میں چاق و چوبند، ہمارا رویہ خوشگوار اور کارکردگی بہترین نہ رہے۔

آیئے روزہ افطار کریں

لذت بھرے پکوان بھی کھائیں مگر اعتدال کے ساتھ

سلیم اختر چوہان

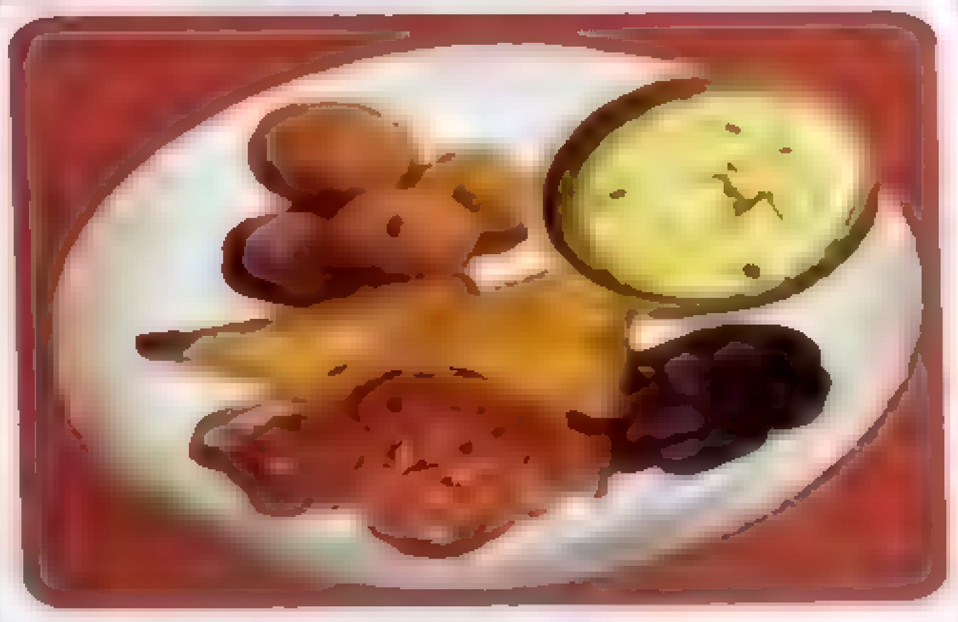
افطار کے موقع پر دسترخوان انواع واقسام کی نعمتوں سے بھرا ہوتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس بابرکت مہینے میں رزق کشادہ کردیتے ہیں، جس کا غلط مطلب ہم زیادہ کھانا سمجھتے ہیں اور خوب کھاتے پیتے ہیں۔ رمضان المبارک میں غیر متحرک طرزِ زندگی، نیند کا پورا نہ ہونا، چٹ پٹی اور مرچ مصالحے والی غذاؤں کا استعمال اور ذہنی دباؤ عام معمولات میں شامل ہوتے ہیں۔

شروع رمضان میں کی جانے والی بداحتیاطی عروج کو جا پہنچتی ہیں، نصف رمضان تک اگر ایسے میں معدے کی تکالیف بڑھنے لگیں تو اس کے عوامل پر غور کرنا ضروری ہے۔

اگر خدانخواستہ معدے کا زخم ہوجائے تو پریشان ہونے کے بجائے اس کی وجہ جان لیجئے کہ اس بیماری میں معدے کا استر چھل جاتا ہے۔ جو عموماً 0.5 سینٹی میٹر کے لگ بھگ ہوتا ہے۔ تقریباً 70 سے 90 فیصد زخم H.Pylon نامی جرثوے کی وجہ سے ہوتے ہیں۔ یہ جرثومہ معدے سے رسنے والے تیزاب میں پرورش پاتا ہے۔ معدے اور آنت میں ہونے والے زخم تقریباً بے ضرر ہوتے ہیں اور بروقت تشخیص اور علاج سے ٹھیک ہوسکتے ہیں۔

اگر سینے میں جلن اور کھانا کھانے کے بعد تیزابیت محسوس ہو تو یہی دراصل اس بیماری کی مخصوص علامت ہے، جو کھانے کی نالی سے شروع ہوکر آنتوں اور معدے تک جا پہنچتی ہے۔ پیٹ میں درد ہوتا ہے اور خاص کر پسلیوں کے نیچے ہوتا ہے۔ اگر آنت کا درد ہو تو کھانے کے بعد ختم ہوجاتا ہے اور تین گھنٹے بعد شروع ہوتا ہے۔ اگر پیٹ پھول جائے اور معدے میں بھاری پن ہو، اسی طرح منہ میں کھٹے پانی کا اچھال ہو تو سمجھ لیجئے کہ

سحری میں شوربے والا سالن اور بغیر چھنے آٹے کی روٹی مفید رہے گی۔ کھجور سحری میں بھی کھانے کی عادت ڈالیں



غذا کی نالی میں تیزابیت کی زیادتی ہوگئی ہے۔

اگر بھوک میں کمی ہوتی چلی جارہی ہو اور وزن بھی گر رہا ہو، طبیعت میں گرانی اور متلی کا احساس ہو یا اُلٹی آجائے (خاص کر خون کی اُلٹی) تو اس کیفیت کو سنجیدگی سے لینا چاہئے، فوراً معدے کے ڈاکٹر سے رابطہ کرلینا چاہئے۔ خدانخواستہ آنت کا زخم پھٹ جانے کی صورت میں سرجری کی ضرورت پڑسکتی ہے۔

پھیپھڑوں اور جگر کے مریضوں میں یہ بیماری جلد پروان چڑھتی ہے۔ گردے میں درد یا ان کے ناکارہ ہوجانے کی صورت میں بھی معدے پر دباؤ پڑتا ہے۔ ڈپریشن اور Stress کے مریضوں میں بھی معدے کا زخم ایک عام شکایت ہے۔ مسلسل ناامیدی، مایوسی اور تفکرات میں گھرے رہنے والے افراد کے معدے تیزابیت خارج کرنے لگتے ہیں۔

معدے یا آنت سے خون آنا ایک مسئلہ ہے جس کا ہنگامی طور پر علاج ضروری کرانا ہوجاتا ہے۔ یہ علاج اگر بروقت کردیا جائے تو چار سے چھ ہفتوں میں مریض کو آرام آسکتا ہے۔ اگر مریض کی عمر 75 سال سے اوپر ہو اور وزن میں کمی واقع ہورہی ہو تو تشخیص کے لئے نمونوں کی ضرورت پیش آتی ہے، جن کی روشنی میں H Phlon جرثومے کو تلاش کیا جاسکتا ہے، لیکن سب سے اہم ٹیسٹ اینڈواسکوپی ہے۔ جس میں منہ کے ذریعے اینڈواسکوپ کے ساتھ لگی ربڑ کی ایک نالی جس کے داخلی حصے میں ایک بلب لگا ہوتا ہے۔ غذا کی نالی سے گزرتے ہوئے معدے اور آنت میں پہنچائی جاتی ہے جس کے ذریعے غذا کی نالی، معدے اور آنت کے زخم کی موجودگی کا پتا چلایا جاسکتا ہے۔

Barium contrast-XRays یہ بھی ایک انتہائی اہم ٹیسٹ ہے، جس میں Serium بنا کر مریض کے حلق سے اتارا جاتا ہے اور اس مخصوص ایکسرے کے ذریعے معدے میں زخم اور کینسر کے مثبت اثرات کا پتا چلایا جاتا ہے، مگر جدید طب میں اینڈواسکوپی کی افادیت زیادہ ہے جبکہ بیریم میل کی پریکٹس کم ہوگئی ہے۔

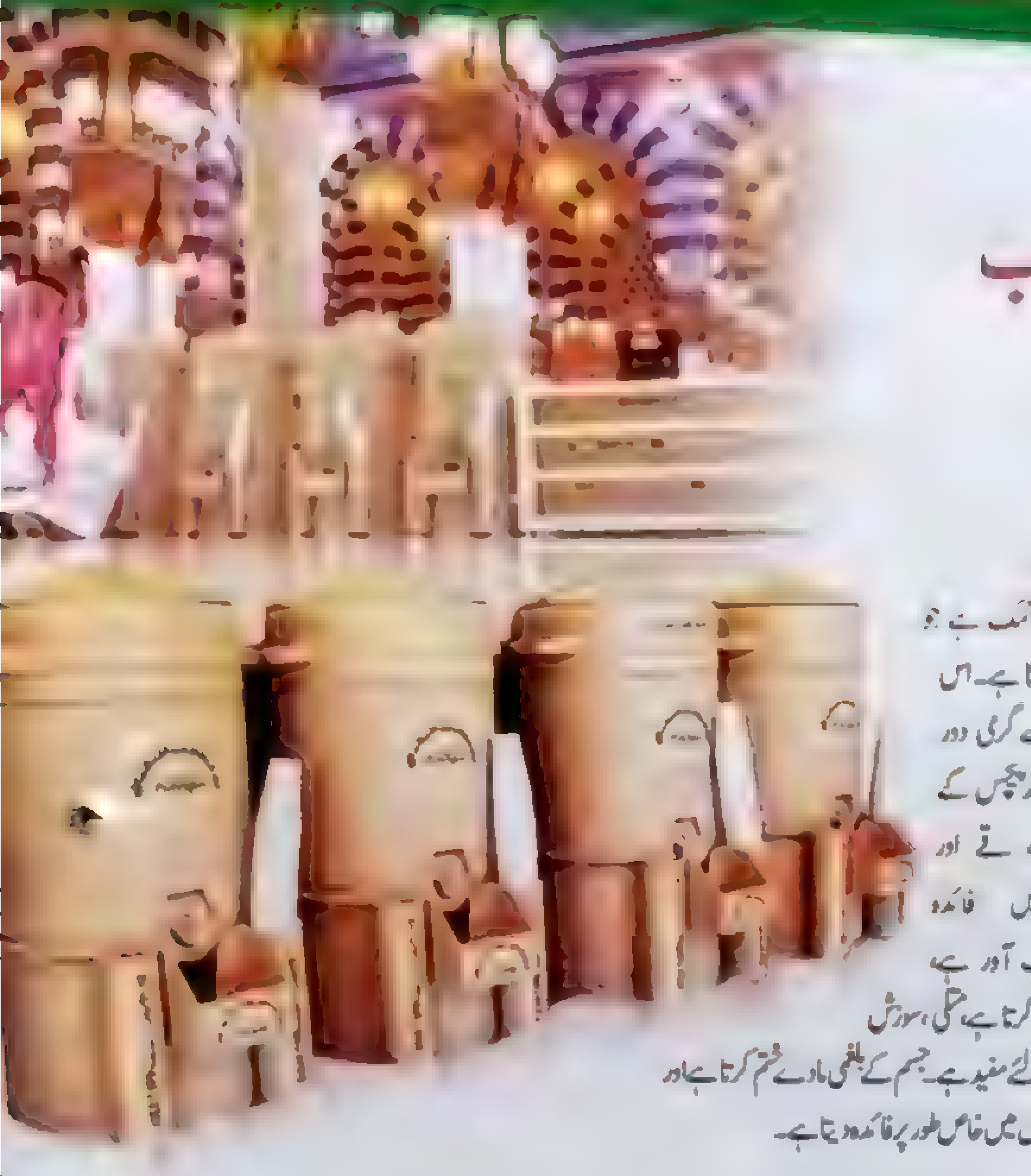
زخم کو آگے بڑھنے سے بچانے یا روکنے کے لئے متوازن غذا کی ضرورت ہوتی ہے۔ رمضان خیر وعافیت سے گزر جائے اور صحت کے مسائل کھڑے نہ ہوں۔ اس کے لئے ضروری ہے کہ متوازن غذا کا استعمال کریں اور روزے کو شرعی اور اخلاقی ضابطوں کے ساتھ پورا کرکے افطار کے دسترخوانوں کو ثقیل غذاؤں سے نہ سجائیں۔ چاٹ مصالحوں اور سرخ مرچوں کا استعمال کرکے معدے کو آزمائش میں نہ ڈالیں۔ سحری میں شوربے والا سالن اور بغیر چھنے آٹے کی روٹی مفید رہے گی۔ کھجور سحری میں بھی کھانے کی عادت ڈالیں اور افطار میں پھلوں اور سبزیوں پر مشتمل ڈشز اہتمام سے بنائیں تاکہ گرمیوں کے طویل روزے میں معدے کے خالی رہنے سے نفسیاتی طور پر پیدا ہونے والے خلا کو نرم، سرد، معتدل اور وٹامنز کے علاوہ صحت افزا پانی سے پُر کیا جائے۔ اگر زبان کے چٹخاروں سے طبیعتیں سیر ہو سکتیں تو جسم میں وٹامنز کی کمی بھی نہ ہوپاتی۔ بہتر یہی ہے کہ لذت بھرے پکوان چکھنے کی حد تک استعمال کئے جائیں اور اس کے بعد رات کا کھانا سادہ غذا پر مشتمل ہو۔ یہ کھانا اہم ہوتا ہے اسے ترک کرنے والے افطاری کے لوازمات سے پیٹ بھر چکے ہوتے ہیں۔ لہٰذا انہیں بھوک اس شدت سے نہیں ستاتی۔ البتہ ہاضمے کی خرابی کے بعض مسائل ضرور سر اٹھاتے ہیں کیونکہ یہ ثقیل غذائیں دیر سے ہضم ہوتی ہیں۔

رمضان المبارک تطہیر معاملات کا مہینہ ہے، چنانچہ دیگر معاملاتِ زندگی کے ساتھ ساتھ کھانے پینے کی عادتوں کو بھی بہتر خطوط پر استوار کرنا بہت سی الجھنوں سے بچاتا ہے۔

دراصل ماہِ رمضان کو رب تعالیٰ نے لوگوں کے لئے عام طور پر اور مسلمانوں کے لئے خاص طور پر نازل فرمایا ہے، جس میں اس کی حکمتیں پوشیدہ ہیں۔ رمضان کریم کے فیوض وبرکات کا شمار انسانی ذہن شمار ہی نہیں کرسکتا، رب العزت نے انسانی جسم کی ساخت کے مطابق سال میں ایک مرتبہ روزے فرض کئے ہیں۔ علاوہ ازیں نفلی روزے انسان اپنی ضرورت اور ہمت کے مطابق سال کے چند دن چھوڑ کر بھی رکھ سکتا ہے جو کہ ایک بابرکت بات ہے۔ رمضان کریم کے مہینے اور اس ماہ میں رکھے جانے والے روزوں کی فضیلتوں کا ادراک انسان کے بس سے باہر ہے۔ یہاں پر ہمارا مقصد روزے کی حالت میں انسانی بدن پر رونما ہونے والی تبدیلی ہے، جو کہ رب کریم کی ایک خاص حکمت ہے، اس حکمت کے تحت جس طرح ایک موٹر کار کی مینٹنس ایک خاص وقت میں ضروری ہوتی ہے اسی طرح انسانی جسم کے افعال وحرکات بھی ایک تبدیلی سے گزرتے ہیں، جس سے نئے آنے والے ماہ وسال تک جسم کو ایک نئی توانائی ملتی ہے اور وہ مذہبی اور معاشرتی اقدار کے مطابق ایک پرسکون بہتر زندگی گزارتا ہے۔

رمضان المبارک کے شروع ہوتے ہی انسانی دماغ ایک نئے جذبے سے کام شروع کردیتا ہے چونکہ انسانی جسم دماغ کے احکامات کے تابع کام کرتا ہے، اس لئے ضروری ہے کہ انسانی دماغ کو ہلکی اور مناسب خوراک مہیا ہونی چاہئے جس سے وہ اپنے افعال درست طور پر انجام دے سکے۔ اس کے لئے ابتدائی کھانا یعنی سحری خصوصی اہمیت کی حامل ہے۔ کوشش ہونی چاہئے کہ موسم کے حوالے سے اس کا اہتمام کیا جائے جس سے وہ جسم پر بارگراں نہ گزرے۔ افطار تک وقت آسانی سے گزر جائے۔ افطار کے وقت بھی صبر و برداشت سے کام لیتے ہوئے عام روٹین کی افطاری مناسب مقدار میں لی جائیں۔ بعد از نماز مغرب جسم ایک ٹھہراؤ اور سکون کی حالت میں ہوتا ہے کچھ وقفہ دے کر کھانے کا اہتمام کریں۔ روزہ ہمیشہ سنت نبویؐ کے مطابق کھجور یا نمک سے افطار کیا جائے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ والہ وسلم کی ایک حدیث کے مطابق اگر (عام دنوں میں بھی) کھانے سے پہلے نمک چکھ لیا جائے تو انسانی جسم ستائیس قسم کی بیماریوں سے محفوظ رہ سکتا ہے۔

WAVES
CoolBank
لوڈشیڈنگ سے بے خوف
صرف ویوز کول بینک ہی اس گرمی کی شدت اور بجلی کی قلت میں آپ کو رکھے فریش & کول
کیونکہ کول بینک میں ہے
Built-in کولنگ سسٹم جو کئی گھنٹے
ٹھنڈک دے بغیر بجلی کے اور اس کا
الیکٹرونک بیک اپ فریج کو رکھے روشن
اور کولنگ فین چیزیں رکھے تروتازہ۔
بیشک ویوز کول بینک ہی
وقت کی ضرورت ہے۔
50%
Energy Saving
www.waves.net.pk
UAN: 111 31 32 33



آبِ زم زم مُقدّس مشروب

جو غذا بھی ہے اور شفا بھی

اُم عریشہ

آبِ زم زم جنت کی نہروں میں سے ایک ہے۔

حدیث مبارکہ ہے کہ روئے زمین پر بہترین اور عمدہ پانی آبِ زم زم کا ہے۔

بیت اللہ شریف سے 21 میٹر کے فاصلے پر جنوب مشرق میں حجرِ اسود کی سیدھ میں ایک کنواں ہے جو "چاہِ زم زم" کہلاتا ہے اس کے پانی کو آبِ زم زم کہتے ہیں۔ ڈاکٹر خالد غزنوی "طبِ نبویؐ اور جدید سائنس" میں لکھتے ہیں کہ صحیح بخاری میں اس واقعہ کی پوری تفصیل درج ہے جسے حضرت عبداللہ عباسؓ نے نبی کریمؐ کی زبانِ مبارکہ سے سن کر روایت کیا ہے۔ اس کے مطابق "حضرت بی بی ہاجرہؓ پریشانی کے عالم میں کبھی صفا کی پہاڑی پر جا کر دیکھتیں اور کبھی مروہ سے کہ شاید کہیں پانی یا آنے والا کوئی شخص نظر آ جائے جس سے وہ مدد لے سکیں۔ گھبراہٹ کے اس عالم میں آپ نے ایک آواز سنی تو فوراً اسے مخاطب کر کے نیکی کے نام پر مدد کی درخواست کی۔ حضرت جبرائیلؑ ظاہر ہوئے اور اپنی ایڑھی زمین پر ماری تو زمین سے پانی ابلنے لگا۔ حضرت بی بی ہاجرہؓ نے گھبراہٹ میں پتھر جمع کر کے اس کے اردگرد ایک ہالہ سا بنا لیا تاکہ پانی ضائع نہ ہو اور کچھ دنوں کے لئے ذخیرہ ہو جائے۔"

اضطراری کیفیت میں کی گئی اس کوشش کے متعلق نبی کریمؐ نے فرمایا کہ ہاجرہ اگر اس کو محدود نہ کرتیں تو یہ چشمہ ایک دریا بن جاتا جو پورے عرب کو سیراب کرتا۔

تاریخی شواہد سے پتہ چلتا ہے کہ آبِ زم زم کا کنواں کچھ عرصہ جاری رہ کر بند ہو گیا۔ کافی عرصے بعد حضرت عبدالمطلب نے ہدایتِ الٰہی کے مطابق چاہِ زم زم کھدوا کر خلقِ خدا کے لئے جاری کر دیا۔

دوسرے کنوؤں میں نباتاتی اور حیاتیاتی افزائش ہوتی ہے۔ انواع و اقسام کی جڑی بوٹیاں، پودے اور حشرات الارض پیدا ہو جاتے ہیں، کائی جم جاتی ہے، جس سے پانی کا ذائقہ بدل جاتا ہے، رنگت تبدیل ہو جاتی ہے اور بعض اوقات تو پانی مضرِ صحت بھی ہو جاتا ہے۔ جبکہ آبِ زم زم دنیا کا واحد پانی ہے جو ہر قسم کی نباتاتی افزائش اور آلائش سے پاک و صاف رہتا ہے۔ اس کا ذائقہ کچھ نمکین ہے لیکن یہ بے حد خوش ذائقہ بھی ہے۔ اس کی بڑی خوبی یہ ہے کہ اسے کنستر میں رکھیں یا بوتل میں یہ برسوں خراب نہیں ہوتا۔ اس میں جراثیم کش کیمیائی اجزاء بھی موجود ہوتے ہیں۔

ابن عباسؓ سے مروی ہے کہ حضور پاکؐ نے فرمایا کہ "آبِ زم زم جنت کی نہروں میں سے ایک نہر ہے۔" آپؐ کے قلبِ اطہر کو نکال کر چار دفعہ آبِ زم زم کے پانی سے دھویا گیا۔ پہلی بار ایامِ رضاعت میں جب آپ کی عمر مبارک 4 سال تھی، دوسری بار جب آپ کی عمر دس سال تھی، تیسری بار نزولِ وحی سے پہلے اور چوتھی بار لیلۃ الاسراء میں ان واقعات سے پتا چلتا ہے کہ آبِ زم زم کا پانی دنیا کے تمام پانیوں سے بہتر ہے۔

> آبِ زم زم دنیا کا واحد پانی ہے
> جو ہر قسم کی نباتاتی آلائش سے
> پاک وصاف رہتا ہے

آبِ زم زم کا کیمیائی تجزیہ

علم الامراض کے پروفیسر ڈاکٹر غلام رسول قریشی کی ذاتی لیبارٹری میں کئے جانے والے تجزیے کے مطابق آبِ زم زم میں دیگر عناصر کے علاوہ فولاد، میگنیز، جست اور کافی مقدار میں گندھک اور آکسیجن سے مرکب سلفیٹ اور سوڈیم ملتے ہیں، جن کی وجہ سے یہ پانی خون کی کمی کو دور کرتا ہے، دماغ کو تیز کرتا ہے اور ہاضمے کی اصلاح کرتا ہے۔

آبِ زم زم میں کیلشیم (چونے) اور میگنیشیم کے نمکیات کی مقدار زیادہ پائی گئی ہے اسی لئے آبِ زم زم نوش کرنے والے حجاج کرام اور زائرین جلد اپنی تھکن پر قابو پا لیتے ہیں۔ مزید براں اس میں موجود فلورائیڈ کی مناسب مقدار جراثیم کش ہے، اسی لئے حج کے ایام میں لوگ وبائی امراض سے محفوظ رہتے ہیں۔ یورپی لیبارٹریوں نے مہرِ تصدیق ثبت کر دی کہ "آبِ زم زم پینے کے لئے بہترین اور محفوظ ترین مشروب ہے۔" حقیقت یہ ہے کہ آبِ زم زم پر جتنی بھی تحقیق اور ریسرچ کی جائے کم ہے، اس لئے ہر مرتبہ اس کا ایک نیا گوشہ اور روشن پہلو نمودار ہوتا ہے جن میں سے چند ایک درج ذیل ہیں۔

- چاہِ زم زم دوبارہ جاری ہونے کے بعد آج تک خشک نہیں ہوا اور اس نے ہمیشہ لاکھوں حجاج کرام اور زائرین کی پیاس بجھائی ہے۔
- اس میں موجود نمکیات کی مقدار ہمیشہ یکساں رہتی ہے۔
- اس کے ذائقے میں روزِ اول سے لے کر آج تک کسی قسم کی تبدیلی واقع نہیں ہوئی۔
- آبِ زم زم کی شفا بخشی کے سبھی قائل ہیں۔
- حجاج اور زائرین اس کی صحت بخش اقدار کے معترف ہیں۔

آبِ زم زم، بے شمار امراض سے نجات کی نوید

آبِ زم زم میں بے شمار فائدہ مند کیمیائی مرکبات پائے جاتے ہیں جن میں میگنیشیم سلفیٹ، سوڈیم سلفیٹ، کیلشیم کاربونیٹ، سوڈیم کلورائیڈ، پوٹاشیم نائٹریٹ اور ہائیڈروجن سلفائیڈ شامل ہیں۔ ان کے الگ الگ خواص درج ذیل ہیں۔

میگنیشیم سلفیٹ

یہ ایک سمندری نمک ہے جو ہاضمے کے کام آتا ہے۔ اس کے استعمال سے گرمی دور ہوتی ہے، قبض اور پیچس کے لئے مفید ہے، قے اور سر چکرانے میں فائدہ مند ہے، پیشاب آور ہے، گردوں کو صاف کرتا ہے، حلق، سوزش اور پھوڑوں کے لئے مفید ہے۔ جسم کے بلغمی مادے ختم کرتا ہے اور عورتوں کے امراض میں خاص طور پر فائدہ دیتا ہے۔

سوڈیم سلفیٹ:

یہ قبض دور کرنے والا نمک ہے۔ گٹھیا، شکر کی بیماری، پیچس اور پتھری (دردِ گردہ) کے لئے مفید ہے۔

سوڈیم کلورائیڈ:

یہ خوردنی نمک ہے۔ یہ خون کی صفائی، حدت، ہاضمہ، آنت اور مسلسل دردِ شکم کے لئے مفید ہے۔ اعضاء کی عام کمزوری دور کرنے کے علاوہ دھوئیں کے اور زہر کے اثرات کو بھی دور کرتا ہے۔ یہ نوبتی بخار، سبز یرقان، قلتِ خون، خوراک کی نالی کی جملہ شکایات اور جلدی امراض کے لئے اکسیر ہے۔ سانس کی صفائی اور جسمانی نظام کی بہتری کے لئے بھی مفید ہے۔

کیلشیم کاربونیٹ:

یہ خوراک کے ہاضمے، یورین کی صفائی، دردِ گردہ اور گٹھیا کے لئے مفید ہے۔ گرمی، تپش اور لو کا اثر بھی زائل کرتا ہے۔ یہ رکٹس (ہڈیوں کی بیماری) کے لئے بہت مفید ہے۔ حیض کی بے قاعدگی پر بھی نہایت اچھا اثر کرتا ہے۔ سر درد، رسولی، بچوں میں کبڑا پن، دردِ گردہ، بخار، آنکھ، کان، ناک اور منہ کی تکالیف کے لئے اکسیر ہے۔

پوٹاشیم نائٹریٹ:

تھکن اور لو کے اثر کو زائل کرتا ہے، پیشاب آور ہے، دمہ کے لئے بہت مفید ہے، پسینہ بکثرت لاتا ہے۔ آبِ زم زم کے پانی کو ٹھنڈا رکھنے میں مدد دیتا ہے۔

ہائیڈروجن سلفائیڈ:

جلدی امراض، زکام، ہیضہ، بواسیر اور جوڑوں کے درد کے لئے حد درجہ مفید ہے۔ اس سے بھوک کھل کر لگتی ہے، جراثیم کش بھی ہے، یہ قوتِ ہاضمہ کے ساتھ ساتھ قوتِ حافظہ کو بڑھاتا ہے، زہر کے لئے اکسیر ہے، سر درد، اسہال، امراضِ مردانہ کے لئے فائدہ مند ہے۔ امراضِ جلد پھنسیوں، چھائیوں، پرانی کھانسی، نمونیہ، قبض اور پیشاب کی بیماریوں کے لئے انتہائی مفید ہے۔ تازہ آبِ زم زم سے اس کا اثر زیادہ ہوتا ہے۔

ظاہر ہے کہ جو پانی ان اجزا کا حامل ہو گا وہ کتنی جسمانی بیماریوں کا علاج اور کس قدر خرابیوں کا مداوا کرتا ہو گا۔ یہی وجہ ہے کہ آپؐ نے فرمایا کہ "اس پانی میں شفا ہے۔"

اکثر حجاج یہی بتاتے ہیں کہ خواہ کسی بھی مرض میں مبتلا ہوں، کتنی ہی دوائیں اپنے ہمراہ لے جائیں دورانِ حج ان کے استعمال کی کمی نوبت نہیں آتی۔ حج پر جانے والے ذیابیطس کے مریضوں کو محض آبِ زم زم پینے کے باعث دورانِ حج ایک بار بھی انسولین نہیں لینی پڑتی۔ ڈاکٹر خالد غزنوی کے مطابق "آبِ زم زم کی مقبولیت اور تقدس سے متاثر ہو کر دیگر کئی مذاہب نے اپنے ماننے والوں کے لئے مقدس پانی تلاش کر لئے لیکن ان میں سے اکثر پانی بیماریوں کا باعث ثابت ہوئے، کیونکہ آلودہ پانی پینے سے پیٹ کی اکثر بیماریاں پیدا ہو جاتی ہیں۔ کمال کی بات ہے کہ پوری اسلامی تاریخ میں آج تک کوئی شخص آبِ زم زم پینے سے بیمار نہیں ہوا اور اس کے برعکس کوئی پانی تاریخ کے کسی دور میں اور کسی ملک میں ایسا مشہور نہ ہوا جس کے پینے سے لوگ صحت مند ہوتے ہوں۔"

یہی وجہ ہے کہ آج بھی حج و عمرے سے واپس آنے والے افراد اپنے ہمراہ آبِ زم زم کا تحفہ ضرور لاتے ہیں اور اپنے عزیز و اقارب میں تقسیم کرتے ہیں۔

سبزیوں کے مزاج کو سمجھئے

تا کہ آپ کو ملیں اِن کے فائدے بے شمار

اُمِ شایان

سبزیوں کو بنانے سے پہلے ان کو کھلی ہوا میں نہیں رکھنا چاہئے۔ اس طرح سبزیوں کی افادیت ختم ہو جاتی ہے۔ ان کے استعمال سے جسم میں سستی پیدا ہو جاتی ہے۔ اسی طرح پریشر کوکر میں سبزیوں کو پکانے سے یا ابلے پانی میں ڈالنے سے وٹامن C ختم ہو جاتے ہیں اور وٹامن C کی کمی سے آنکھوں، دانتوں اور مسوڑھوں کے امراض جنم لیتے ہیں، جبکہ سبزیاں وٹامن C کی نعمت سے مالا مال ہوتی ہیں۔ سبزی کو چھلکوں سمیت کھائیں تا کہ زیادہ سے زیادہ غذائیت سے فائدہ اٹھایا جائے۔ بعض لوگ کہتے ہیں کہ شوربے والی سبزیاں اپنی افادیت کھو دیتی ہیں، یہ خیال بالکل غلط ہے۔ بعض سبزیوں کو اس قدر پانی کی ضرورت ہوتی ہے جس میں وہ گل جائیں کیونکہ ان میں خود بہت پانی ہوتا ہے۔ سبزیوں میں زیادہ مصالحے ڈالنے سے بھی احتراز کریں۔ موسم کی تبدیلی کے ساتھ ساتھ اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ کون سی غذا فائدہ دے گی اور کون سی نقصان۔ یوں تو سبزی بذات خود ایک فائدہ مند چیز ہے مگر ان کے معاملے میں پوری معلومات نہ ہو تو احتیاط کی ضرورت ہے۔ ادرک ایک ہاضم چیز ہے لیکن اس کا زیادہ استعمال درست نہیں کیونکہ اس کی تاثیر گرم ہے۔ جس سے جسم میں خشکی پیدا ہو جاتی ہے۔ آلو دنیا بھر میں سب سے زیادہ کھائی جانے والی سبزی ہے۔ آلو زود ہضم نہیں ہے، کمزور معدے والوں کو اس کا استعمال کم سے کم کرنا چاہئے ورنہ آلو کا کثرت سے استعمال بلغم میں اضافہ کرتا ہے۔ بادی اور قبض پیدا کرتا ہے، آلو کو گوشت اور گرم مصالحوں کے ہمراہ کھانا مفید ہے، جوڑوں کے درد کے مریضوں کے لئے فائدہ مند نہیں ہے۔

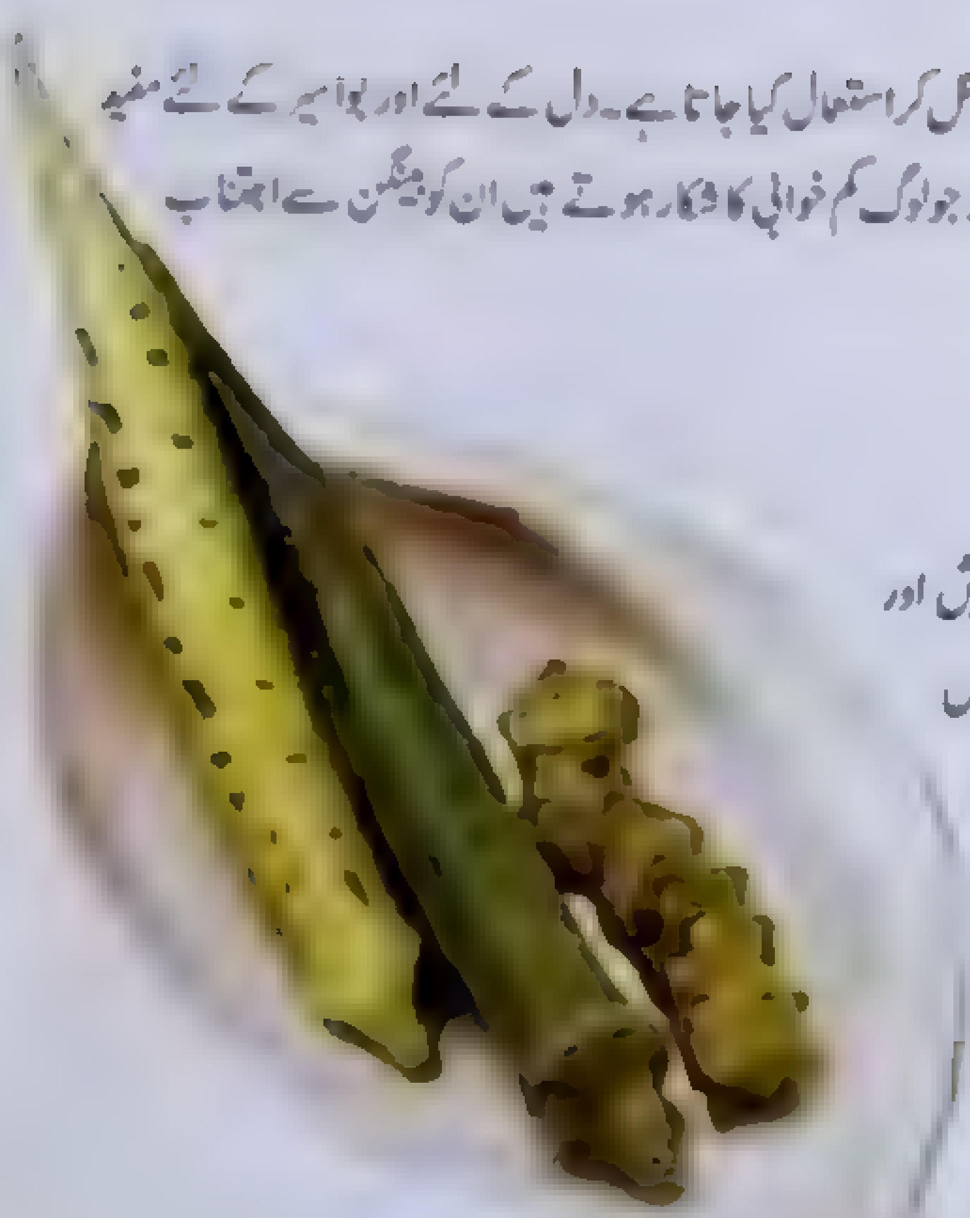
اروی

یہ زمین کے اندر پیدا ہونے والی سبزیوں میں سب سے لیس دار سبزی ہے، بعض لوگ اس کے پتے بھی شوق سے کھاتے ہیں۔ اروی کا سالن انسانی جسم کو فربہ کرتا ہے۔ بلڈ پریشر میں مفید ہے، جلد اور مثانے کے امراض کے لئے بہترین ہے۔ اروی مزاجاً سرد تو ہے لیکن گوشت کے ساتھ پکا کر کھانے سے معتدل ہو جاتی ہے۔ سادہ حالت میں پکائی ہوئی اروی سرد مزاج رکھتی ہے۔ موسم برسات میں اس کا استعمال بہتر ہے۔ اروی کے سالن میں دارچینی اور لونگ کا استعمال ضروری ہے بصورت دیگر پیٹ کے مریضوں کے لئے نقصان دہ ہو سکتی ہے۔

> موسم کی تبدیلی کے ساتھ ساتھ اس بات کا خاص خیال رکھیں کہ کون سی غذا فائدہ دے گی

بند گوبھی

اس سبزی کا مزاج گرم تر، نمکیات اور وٹامنز سے بھرپور ہے۔ بلغم بننے سے روکتی ہے اور مسوڑھوں کے لئے بہت مفید ہے۔ بند گوبھی فربہی سے بچاتی ہے البتہ اس کو آلو کے ساتھ پکانا درست نہیں۔ اسی طرح تیل اور ادرک کے بغیر اس کا مستقل استعمال خشکی پیدا کرتا ہے۔



بینگن

اسے سالن، بھرتے، رائتے کے علاوہ بیسن میں بھی تل کر استعمال کیا جاتا ہے۔ دل کے لئے اور بواسیر کے لئے مفید ہے، مگر اس کا زیادہ استعمال خون کو خراب کرتا ہے۔ جو لوگ کم خوابی کا شکار ہوتے ہیں ان کو بینگن سے اجتناب کرنا چاہئے۔

بھنڈی

اس میں کیلشیم، فولاد، فاسفورس پایا جاتا ہے۔ پیچش اور پیشاب کے امراض میں فائدہ دیتی ہے۔ بھنڈی میں ادرک اور گرم مصالحے کا استعمال ناگزیر ہے بصورت دیگر مضر صحت ہو سکتی ہے۔

بتھوے کا ساگ

یہ ساگ جسم کو قوت دیتا ہے، پیاس کی شدت کم کرتا ہے، گردے کے مرض میں افاقہ کرتا ہے، پیٹ کے کیڑے ہلاک کر دیتا ہے مگر سرد مزاج کے لوگ اس کے استعمال میں احتیاط کریں تو بہتر ہے۔

پالک

یہ پورے سال دستیاب ہوتا ہے خاص طور پر سردیوں میں بہت اچھا پالک دستیاب ہوتا ہے۔ معدے کی جلن ختم کرتا ہے، یرقان کے مریضوں کے لئے سود مند ہے۔ مگر جن لوگوں کو آئرن سوٹ نہیں کرتا ان کے لئے سخت نقصان دہ ہے کیونکہ یہ فولاد سے بھرپور ہے۔

پیٹھا

جگر، دماغی کام کرنے والوں اور بلڈ پریشر کے مریضوں کے لئے بے حد مفید ہے۔ مگر سرد مزاج والے لوگوں کے لئے فائدہ مند نہیں۔

بوٹ بیسن کراچی

سحر و افطار کا مزہ گھر سے باہر بھی

لاہور فورٹ

شاہین ملک

کبھی دل چاہتا ہے کہ گھر کے علاوہ بھی باہر کی رونق کا لطف اٹھایا جائے۔ ذیل میں ہم لاہور اور کراچی کے کھانوں کے مراکز کا تعارف شائع کر رہے ہیں

برنس روڈ کراچی

...زین کا احوال تو گزشتہ شمارے میں آپ پڑھ چکے، یہاں ایسا ہی ایک اور ریستوران "انداز" بھی ہے۔ جہاں سحر و افطار کے وقت ...کا جمگھٹا لگتا ہے۔ تمام دیسی پکوانوں کی دل لبھاتی خوشبوؤں سے مہکتا یہ ماحول اپنی دیسی ثقافتوں کی آرائش اور عمدہ خدمات کے سبب مدتوں یاد رہ سکتا ہے۔

...سوزی لوپیوں کے پاک ٹی ہاؤس کی وفات و دیگر ناصر باغ کا چوپال، نیر علی دادا کا نیرنگ ریستوران اور گلبرگ کے مین بلیوارڈ ...کی بہاریں عروج پر ہیں۔ ریڈنگ کیفے اپنی طرز کا دوسرا پاک ٹی ہاؤس ہے۔ جس کے کرتا دھرتا ڈاکٹر ناصر ہیں۔ موصوف ڈاکٹری سے کہیں زیادہ شعر و سخن میں غرق رہتے ہیں۔

کراچی سے آصف فرخی جائیں یا ہندوستان سے شمس الرحمٰن فاروقی، سب ہی اس مرکز پر اکٹھے ہوتے ہیں۔ یہ ایک ادبی سنگھاسن ہائی ٹی کے خوش ذائقہ لوازمات کے ساتھ لاہوری دانشوروں کی بہترین بیٹھک ہے۔

مغلئی کھانوں اور مکھن سے بگھارے ہوئے قیمے کا مزا گوالمنڈی کی اندرونی گلیوں میں آتا ہے۔ کہتے ہیں کہ یہاں ایک حاجی بابا کی بیٹھک اب بھی بجتی ہے جو افطار سے سحر اور پھر طلوع آفتاب سے پہلے اپنے گھر کو روانہ ہوتے ہیں۔

کراچی کی برنس روڈ، حسین آباد، گلشن اقبال کی مرکزی شاہراہ، طارق روڈ، (ڈیفنس فیز 5) اور بوٹ بیسن کے اطراف ہی بریز ... فوڈ اسٹریٹ جہاں رمضان میں متوالوں کی بھیڑ لگی رہتی ہے۔

سب سے پہلے برنس روڈ چلتے ہیں۔ اس ... کی تنگ گلیوں میں ... ہو۔ یہاں آنے کے بعد غیر ملکی سیاح حیران ہوتا ہے ... پرانے بندر روڈ اور حالیہ ایم اے جناح روڈ برنس روڈ ... جن میں ہاٹ ... اور ... جلد نمایاں ہیں۔ تقسیم سے بہت پہلے کی ... باقی ہے۔ تقسیم کے بعد دلی والوں نے اس کو ... کو اصل معنوں میں آباد کیا۔ آپ نے اُن کے میرٹھ کے کباب، وحید کے دھاگے والے کباب اور مغز والی نہاری نہ کھائی تو کیا کھایا۔ یہ دائے یہاں مقیم پرانے باسیوں کی ہے۔ لیکن فریسکو اور فیسکو نہ گئے اور عربی پراٹھے اور میٹھے دہی بڑے نہ چکھے تو آپ کی سیر ادھوری رہے گی اور آگے بڑھے منہ میٹھا کرنا ہے تو بھاشانی سوئٹس آپ کا خیر مقدم کرتی ہے۔ لیکن اگر ربڑی کھالی جائے تو لذت کام و دہن کی یہ یاد عرصے تک آپ کے ساتھ رہے گی۔ وکٹورین اسٹائل کی تعمیرات میں دلی کی قدیم ثقافت کا تڑکا لگے اور دیسی پکوانوں کی مہک دوبالا ہو یہی تو رت جگے کی شان ہے۔ پر صابری نہاری آج بھی اسی قدر پسند کی جاتی ہے۔

بوٹ بیسن کراچی کی دوسری اہم ترین فوڈ اسٹریٹ ہے۔ اگر آپ کا موڈ دیسی کھانوں کا ہے تو تکّی، نہاری، بوٹی تکہ اور ریشمی کباب پیش کرنے والی دکانیں رات 3 بجے تک کھلی رہتی ہیں۔

زمزمہ اور کلفٹن کے کیفے جن میں Roasters, Arizona Grill, Copper Kettle اور کوئل کے علاوہ کیفے فلو اور قرب و جوار کے دیگر ریسٹورنٹس صرف افطار کے وقت خدمات مہیا کرتے ہیں، لیکن رش سے بچنے کے لئے افطار سے قبل ریزرویشن بہت ضروری ہے۔

> وکٹورین اسٹائل کی تعمیرات میں دلی کی قدیم ثقافت کا تڑکا لگے اور دیسی پکوانوں کی مہک دوبالا ہو یہی تو رت جگے کی شان ہے

پورٹ گرینڈ کراچی

تیسری اہم ترین فوڈ اسٹریٹ پورٹ گرینڈ ہے جسے کیماڑی کے ساحلی علاقے کے عقب میں سجایا گیا ہے۔ تمام ہی بڑے برینڈ ڈ فوڈ یہاں آچکے ہیں۔ بڑے اور بچے سب ہی افطار کا لطف لیتے لیتے سورج غروب ہونے کا منظر دیکھتے رہنا چاہتے ہیں اور "چاچاجی" کی چاٹ کے علاوہ فاسٹ فوڈ تک تمام ہی ذائقے پورٹ گرینڈ پر موجود ہیں۔

DAWN
Foods
100% HALAL
APPETIZING
CONVENIENT
DAWN
Feast of the festive month
Dawn brings toothsome treats for your temptations. Celebrate the holy month of Ramadan with the flavorful range of Dawn Foods.
Like us on
Facebook

دہی اور اس سے بنی لسّی

فرحت بخش غذا، جادو اثر دوا

سلیم اختر چوہان

یوں تو گنے کے رس کو پاکستان کا قومی مشروب کہا جاتا ہے لیکن یہ بات بھی حقیقت ہے کہ لسی بھی اپنے استعمال کے باعث کسی بھی مقبول ترین مشروب سے کم نہیں۔ پاکستان کے تقریباً تمام ہی علاقوں میں اسے بڑے شوق سے پیا جاتا ہے۔ لسی کے دو ذائقے زیادہ مشہور ہیں، میٹھی اور نمکین لسی۔ پنجاب کا شاید ہی کوئی ایسا گھر ہو جہاں اس کا استعمال نہ کیا جاتا ہو۔ لسی کے اہم اجزاء میں سب سے زیادہ اہمیت جس جزو کو دی جاتی ہے اسے عرف عام میں دہی کہا جاتا ہے۔ دہی کو شامل کئے بغیر لسی کا تصور بھی نہیں کیا جا سکتا۔

دہی انسانی خوراک کا وہ حصہ ہے جس کا استعمال مختلف شکلوں میں سینکڑوں برس سے کیا جا رہا ہے۔ دہی کی دریافت کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ زمانہ قدیم میں ایک شخص چمڑے کے مشکیزے میں بکری کا دودھ بھر کر لمبے سفر پر روانہ ہوا، دوران سفر اسے پیاس لگی تو اس نے مشکیزے سے بکری کا دودھ نکال کر پینا چاہا تو یہ دیکھ کر حیران رہ گیا کہ دھوپ کی شدت سے دودھ کھیر کی طرح گاڑھا اور نمکین ہو گیا اور اس میں ایک فرحت انگیز خوشبو پیدا ہو گئی ہے۔ یہ تھی دہی کی ابتداء جو آج بھی بنی نوع انسان کی مرغوب غذاؤں میں شمار کی جاتی ہے۔

سکندر اعظم کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ دہی اس کی پسندیدہ خوراک میں شامل تھی اور جنگی مہمات میں بھی وہ اس کا استعمال پابندی سے کیا کرتا تھا۔ آج بھی قریب و دور کے مسافر اسے اپنے استعمال کے لئے مفید تصور کرتے ہیں۔ اس کے استعمال سے پیٹ کی آنتیں جراثیم کی یلغار سے محفوظ رہتی ہیں، اسے اسپغول کی بھوسی کے ساتھ استعمال کرنے سے نظام ہضم بہتر رہتا ہے اور مرچ مصالحوں کی زیادتی کے مضر اثرات کو دور کرتا ہے اس کی تیاری ہر قسم کے دودھ سے ممکن ہے۔ اسے زیادہ تر ممالک میں گائے اور بھینس کے دودھ سے تیار کیا جاتا ہے۔ کئی ملکوں میں اس کی تیاری میں بھیڑ بکری کا دودھ بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ مشرق وسطیٰ کے ممالک میں اس کا روزانہ استعمال لازمی جزو سمجھا جاتا ہے۔ روس، ایشیاء، شمالی افریقہ میں اس کا استعمال صدیوں سے جاری ہے۔ پاکستان، بھارت، بنگلہ دیش، نیپال اور سری لنکا وغیرہ میں اس کا استعمال عام ہے۔ اسے کھانوں میں استعمال کر کے انہیں مزید لذیذ اور اشتہا انگیز بنایا جاتا ہے تو دوسری جانب دہی مرچ مصالحوں کے مضر اثرات کو معتدل بنا دیتا ہے۔ امریکا میں اس کے استعمال کا رجحان دن بدن بڑھتا جا رہا ہے اور کئی طرح کے ذائقوں میں فروخت کی جاتی ہے۔ اعلیٰ جمالیاتی ذوق اور مختلف کھیلوں کے کھلاڑیوں کی من پسند خوراک ہے۔

دہی کو انگریزی میں "YOGURT" کہتے ہیں یہ ترکی زبان کا لفظ ہے۔ فارسی میں اسے "ماست" کے نام سے پکارا جاتا ہے۔ کہتے ہیں کہ لمبی عمر کا راز دہی کے استعمال میں چھپا ہوا ہے۔ جارجیا اور آرمینیا کے لوگ اسے بکثرت استعمال کرتے ہیں، وہاں کے لوگ اکثر سو سال سے زیادہ لمبی عمر پاتے ہیں۔ دہی کے بارے میں مشہور ہے کہ اس کے استعمال سے منہ کے چھالے نظام ہضم کی خرابی اور مے نوشی کے خراب اثرات دور ہو جاتے ہیں۔ اس کے استعمال سے دھوپ سے جھلسی ہوئی جلد پر رونق آ جاتی ہے۔ ہمارے ہاں نوجوان لڑکیوں میں اس کا ماسک بنا کر چہرے پر لگانے کا عام رواج ہے۔ اس سے چہرے کی رنگت اور شادابی نکھر جاتی ہے اور چہرے پر پڑے داغ اور جھریاں دور ہو جاتی ہیں۔ یہ آنتوں کے امراض میں تریاق کی حیثیت رکھتی ہے اور انہیں خشکی سے بچاتی ہیں۔ اس بات میں کوئی شک نہیں کہ طبی اعتبار سے دہی میں موجود اجزاء دودھ کو زود ہضم بناتے ہیں جس کے استعمال سے نظام ہضم کو بڑی مدد ملتی ہے۔ دودھ کو دہی میں تبدیل کرنے سے دودھ کی لیکٹوز، لیکٹک ایسڈ

میں تبدیل ہو جاتی ہے اسی سے گاڑھا ہو کر دہی میں تبدیل ہو جاتا ہے اور اس کی اپنی مخصوص خوشبو وجود میں آتی ہے۔ اس عمل سے ایسے غذائی اجزاء پیدا ہوتے ہیں جو دودھ میں نہیں ہوتے۔ دودھ دہی میں تبدیل ہو کر اپنی افادیت اور قدر میں اضافہ کر لیتا ہے۔ ایک جائزے کے مطابق ایک پیالی دہی کے روزانہ استعمال سے خود کو چست و توانا رکھنے میں مدد ملتی ہے۔ اس کے اہم اجزاء میں 25 فیصد پروٹین، 20 فیصد رائبوفلاوین، 10 فیصد وٹامن A اور 35 فیصد کیلشیم شامل ہیں۔

> **دہی 1931ء میں پہلی بار مارکیٹ میں متعارف ہوا، 1950ء میں اسے دنیا کی پانچ معجزاتی غذاؤں میں سے ایک قرار دیا گیا**

تجارتی پیمانے پر تیاری کے سلسلے کا آغاز اس وقت ہوا جب فرانس کے لوئی پاسچر انسٹی ٹیوٹ کے نوبل انعام یافتہ پروفیسر ایلی میچنکوف نے یہ دریافت کیا کہ دہی اور عمر کی طوالت کا بڑا گہرا تعلق ہے۔ انہوں نے یہ ثابت کیا کہ بلغاریہ کے کثرت سے دہی استعمال کرنے والے دیہاتی لمبی عمریں پاتے ہیں۔ دہی کو 1931ء میں پہلی بار امریکا میں فروخت کے لئے مارکیٹ میں متعارف کرایا گیا۔ امریکیوں نے اس ذائقہ دار اور صحت بخش غذا کو پذیرائی سے نوازا۔ 1950ء میں دہی کو دنیا کی پانچ معجزاتی غذاؤں میں سے ایک قرار دیا گیا۔ دہی میں مٹھاس کا عنصر شامل کرنے سے اس کی فروخت میں اضافہ ہوا۔ امریکا میں آج بھی 80 فیصد لوگ میٹھی دہی کو پسند کرتے ہیں، تاہم سادہ دہی کا استعمال بھی بڑھ رہا ہے۔ اسے غذاؤں میں بھی استعمال کیا جا رہا ہے۔ ترش بالائی یا کریم کے مقابلے میں یہ زود ہضم ہے۔ اس میں حرارے بھی کم پائے جاتے ہیں جس کے باعث یہ موٹاپے کو بڑھنے سے روکتا ہے۔ مشرقی ممالک پاکستان و بھارت کے قدیم و جدید حکماء و معالجین دواؤں کے ساتھ ساتھ دہی کے استعمال کو بھی اہمیت دیتے ہیں۔ گھریلو خواتین اپنے طور پر اسے مختلف بیماریوں میں رواج کے مطابق استعمال کرتی ہیں۔ کھانوں میں اس کا استعمال بھوک کو جگاتا ہے۔ سلاد کے ساتھ اس کا استعمال رائتے کی صورت میں کیا جاتا ہے۔ جسم کو طاقت اور توانائی دینے کے لئے ماضی میں فن پہلوانی سے تعلق رکھنے والے افراد اسے میٹھی یا نمکین لسی میں استعمال کرتے تھے۔ آج بھی یہ فرحت بخش مشروب پاک و ہند میں گرمیوں کی خصوصی سوغات سمجھا جاتا ہے۔ گرم غذاؤں اور گرم موسم میں اس کا استعمال بہت مفید ہوتا ہے۔

اس میں ہے کچھ خاص
DayFresh
Mast Dahi
کھانوں میں لائے
مستی بھرا ذائقہ
Dairyland (Pvt) Ltd. P.O. Box No. 8955, Karachi-75400, Pakistan.
www.facebook.com/111DFRESH
order@dairylandltd.com
SMS:0323-228-9700

امرود ... ایک سُپر فروٹ

اس کی چھال، پتے اور رس میں بھی شفاء موجود

سعدیہ شفیق

امرود کے بارے میں کون نہیں جانتا۔ مشہور پھل ہے اور نمک مرچ لگا کر مزے سے کھایا جاتا ہے۔ اس کی مہک اور خوشبو بھی دل کو فرحت بخشنے کا باعث بنتی ہے۔ اس کا شمار ان پھلوں میں ہوتا ہے جو سال میں دو دفعہ ہوتے ہیں۔ یعنی سردیوں اور گرمیوں میں بھی۔ یہ اتنا لطیف اور نازک ہوتا ہے کہ زیادہ دیر تک پڑا رہنے سے اس میں تعفن پیدا ہو جاتا ہے اور کیڑے پیدا ہو جاتے ہیں۔ اکثر لوگ اسے گرمیوں میں زیادہ پسند نہیں کرتے کیونکہ گرمیوں

میں پیاس زیادہ لگتی ہے اور امرود کھانے کے فوری بعد پانی پینے سے پیٹ میں درد ہو سکتا ہے۔ سردیوں میں امرود زیادہ پیدا ہوتا ہے نسبتاً لذیذ اور میٹھا ہوتا ہے۔ امرود ہمیشہ تازہ اور پکا ہوا کھانا چاہئے۔ باسی امرود معدے اور آنتوں کی بیماریوں کا موجب بنتا ہے۔ امرود کا آبائی وطن وسطی امریکا اور میکسیکو کو مانا جاتا ہے۔ پاکستان میں لاڑکانہ اور کوہاٹ کے امرود بے مثال ہیں، جبکہ بھارت کے شہر الٰہ آباد کے امرود بھی بہترین مانے جاتے ہیں۔ امرود کی غذائیت کی بناء پر اسے Super fruit بھی کہا جاتا ہے۔ اس کا پھل لمبائی میں 5 سے 10 سینٹی میٹر اور وزن میں 50 سے 200 گرام تک ہو سکتا ہے۔ امرود میں غذائی اجزاء کی ایک کثیر تعداد موجود ہوتی ہے۔ یہ معدنیات اور وٹامنز سے بھرپور ہوتا ہے۔

یہ بے شمار غذائی اجزاء امرود کو نہ صرف مختلف بیماریوں سے بچاؤ میں مؤثر بناتے ہیں بلکہ یہ بہت سے امراض میں دوا کا درجہ بھی رکھتے ہیں۔ امرود کے ساتھ ساتھ اس کی چھال اور پتے بھی ادویاتی خصوصیات کے حامل ہیں۔ امرود کے کچھ فوائد بیان کیے جا رہے ہیں۔

- امرود مسوڑھوں کے ورم اور سوجن کو رفع کرتا ہے۔ اگر باقاعدہ طور پر کچھ دن بلا ناغہ کھایا جائے تو دانت بھی مضبوط ہوتے ہیں اور مسوڑھوں سے خون آنا بھی بند ہو جاتا ہے۔ اس مقصد کے لئے امرود کی چھال بھی نہایت مفید ہے۔ امرود کی 5 گرام چھال لے کر ایک گلاس پانی میں بھگو دیں، شام کو بھگو کر صبح اس پانی سے غرارے کر لیں، چند دن کے استعمال سے دانت اور مسوڑھے مضبوط ہو جاتے ہیں۔
- ضعف قلب میں امرود نہایت مفید ہے۔ دل کو تقویت دیتا ہے اور فرحت بخشتا ہے۔ جن لوگوں کو گھبراہٹ اور بے چینی کی شکایت ہو ان کے لئے یہ بہترین غذا ہے۔ یہ دل کی دھڑکن کو بھی معمول پر لاتا ہے۔ اس میں موجود فائبر کولیسٹرول کو کم کرتا ہے۔ یہ خون کو گاڑھا ہونے سے بھی روکتا ہے جس کے سبب شریانوں کی تنگی سے بھی بچاتا ہے۔ علاوہ امرود کی چھال کا استعمال ضعف قلب کے ٹنکچروں اور قہوں میں بھی کرتے ہیں۔
- امرود معدے کو تقویت اور السر سے تحفظ بھی فراہم کرتا ہے۔ کھانے کے بعد امرود پر کالی مرچ چھڑک کر کھائیں۔ اس سے ہاضمے کی خرابیاں ٹھیک ہوتی ہیں۔
- امرود آنتوں کی خشکی دور کرتا ہے۔ بواسیر کا شافی علاج ہے۔ دائمی قبض کے مریض بھی اگر روزانہ دو سے چار امرود کھائیں تو ان کی قبض ختم ہو جاتی ہے۔
- گلے کی خرابی، سانس کی نالیوں کی تکالیف، دمہ میں بھی مفید ہے اور کالی کھانسی کا مجرب علاج ہے۔ جب گلے کے غدود متورم ہو جائیں اور نگلنے میں دشواری ہو تو امرود کو تازہ گوندھے ہوئے آٹے میں لپیٹ کر کچھ دیر آگ میں دبا دیں اور جب آٹا سرخ ہو جائے تو نکال کر گرم امرود کھالیں۔ چند روز استعمال سے کھانسی میں بھی آرام آتا ہے اور گلے کی سوزش بھی دور ہوتی ہے۔ نزلہ زکام کے لئے بھی یہ نسخہ مفید ہے۔
- امرود تھائیرائیڈ کے افعال اور اس کی رطوبتوں کو متوازن رکھتا ہے، کیونکہ اس میں کاپر موجود ہوتا ہے جو تھائیرائیڈ کے نظام کو فعال رکھتا ہے۔

اِس میں موجود کاپر تھائیرائیڈ کے لئے فعال ہے، کیونکہ یہ رطوبتوں کا توازن برقرار رکھنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے

- کچے امرود کا لیپ بیرونی زخموں کو جلد بھرنے میں معاون ثابت ہوتا ہے، کیونکہ یہ جراثیم کش ہوتا ہے۔ اس کے تنے اور پتوں کا لیپ بھی زخموں پر لگانا مفید ہے، جبکہ اس کے سوکھے پتوں کا پاؤڈر زیتون کے تیل میں ڈال کر مساج کرنے سے جوڑوں کے درد میں آرام آ جاتا ہے۔
- امرود میں موجود وٹامن B3 اور B6 دماغی افعال کے لئے بے حد اہم ہیں۔ اس کے علاوہ اس میں موجود میگنیز اعصاب کے خلاف تحفظ فراہم کرتی ہے۔ مقوی دماغ ہونے کی وجہ سے اطباء اسے مرگی کے مرض میں بھی بطور غذا مفید قرار دیتے ہیں۔
- امرود جلد کو جوان رکھتا ہے اور اس کی قدرتی لچک اور چمک بحال رکھتا ہے۔ امرود کا رس چہرے کو سورج کی الٹراوائلٹ شعاعوں کے مضر اثرات سے بچاتا ہے۔ کچے امرود کا رس سکروی (SCURVY) جیسی جلدی بیماری میں بھی مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس میں موجود وٹامن E جلد پر عمر کے اثرات اور جھریاں بننے کے عمل کو سست کر دیتا ہے۔ امرود کے گودے، رس اور اس کے پتوں کا پیسٹ بھی جلدی مسائل میں مفید ہے۔ آپ اسے بطور ماسک لگا سکتی ہیں۔

100 گرام امرود کے غذائی اجزاء

پروٹین	2.55gm
کاربوہائیڈریٹس	14.3gm
فائبر	5.4gm
فولیٹ	494gm
کولائن	12.5mg
لائیکوپین	5204yg
بیٹا کیروٹین	374yg
اومیگا 3	185mg
اومیگا 6	475mg
زنک	0.23mg
سیلنیم	0.6mg
فاسفورس	11mg
میگنیز	0.150mg
میگنیشیم	22mg
آئرن	0.26mg
کوپر	0.230mg
کیلشیم	18mg
پوٹاشیم	417mg
سوڈیم	2mg
وٹامن A	624Iu
وٹامن C	228mg
وٹامن E	0.73mg
وٹامن K	2.64mg
تھیامین	0.67mg
ریبوفلاون	0.40mg
نیاسین	1.84mg

نمک ایسا سوڈیم جو جان کا محافظ ہے

اس کا کم استعمال بھی خطرے سے خالی نہیں

ہمارے کھانوں میں نمک کی اہمیت تو مسلم ہے لیکن ڈاکٹرز کہتے ہیں کہ عمر کے چالیسویں برس سے نمک کے استعمال میں کمی کر دینی چاہئے کیونکہ اس عمر میں بلڈ پریشر بڑھ جایا کرتا ہے۔ ظاہر ہے کہ مجموعی طور پر صحت کو نقصان پہنچانے کے خیال سے سالن میں نمک کی مقدار کم کئے ہی بنتی ہے۔ آپ کو حیرت ہوگی یہ جان کر کہ یہ آدھا سچ ہے اور باقی آدھی سچائی یہ ہے کہ اگر ہم اپنے کھانوں میں ضرورت کے مطابق نمک استعمال نہیں کرتے تو بھی ہماری صحت بگڑ سکتی ہے، یہاں تک کہ طبعی عمر کو پہنچنے سے پہلے ہم انتقال کر سکتے ہیں۔ نمک میں ایسا کون جزو ہے جو ہمیں صحت کا ملعا کیا کرتا ہے۔ ظاہر ہے کہ یہ سوڈیم ہے جو صحت کے لئے ناگزیر ہے۔ بالکل اسی طرح جیسے میگنیشیم، پوٹاشیم، آیوڈین اور جست (زنک) جیسے منرلز ضروری خیال کئے جاتے ہیں۔

> اگر آپ کسی ایک وقت زیادہ نمکین اشیاء لے چکیں تو تھوڑے وقفے کے بعد نمک استعمال کریں

بلڈ پریشر یا کولیسٹرول بڑھا ہوا ہو تو ترجیحاً نمک کی مقدار کم کرنے پر زور دیا جاتا ہے تاکہ غذائی ماہرین اس حقیقت کو فراموش نہ کریں کہ ان دونوں شکایات کے ازالے کے لئے نمک کی مقدار کم کرنا ضروری ہے۔ انہیں کہا جاتا ہے کہ بلڈ پریشر کو معمول کے مطابق رکھنے، جسم میں موجود سیال مادوں کو خلیات تک پہنچانے، دل کے عضلات کو مناسب کارکردگی دکھانے اور توانائی بحال رکھنے کے لئے نمک کھانا پڑے گا۔ تازہ ترین شواہد بتاتے ہیں کہ اگر کھانوں میں نمک کی مقدار کو انتہائی کم کر دیا جائے تو بھی قلبی شریانی بیماریوں کے خطرات میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ ڈاکٹرز کہتے ہیں کہ کھانے میں نمک بڑی حد تک کم کر دیا جائے تو اس سے خون میں سوڈیم کی کمی واقع ہو جاتی ہے جسے Hyponatremia کہتے ہیں اور اس سے اعضاء کو نقصان پہنچتا ہے۔

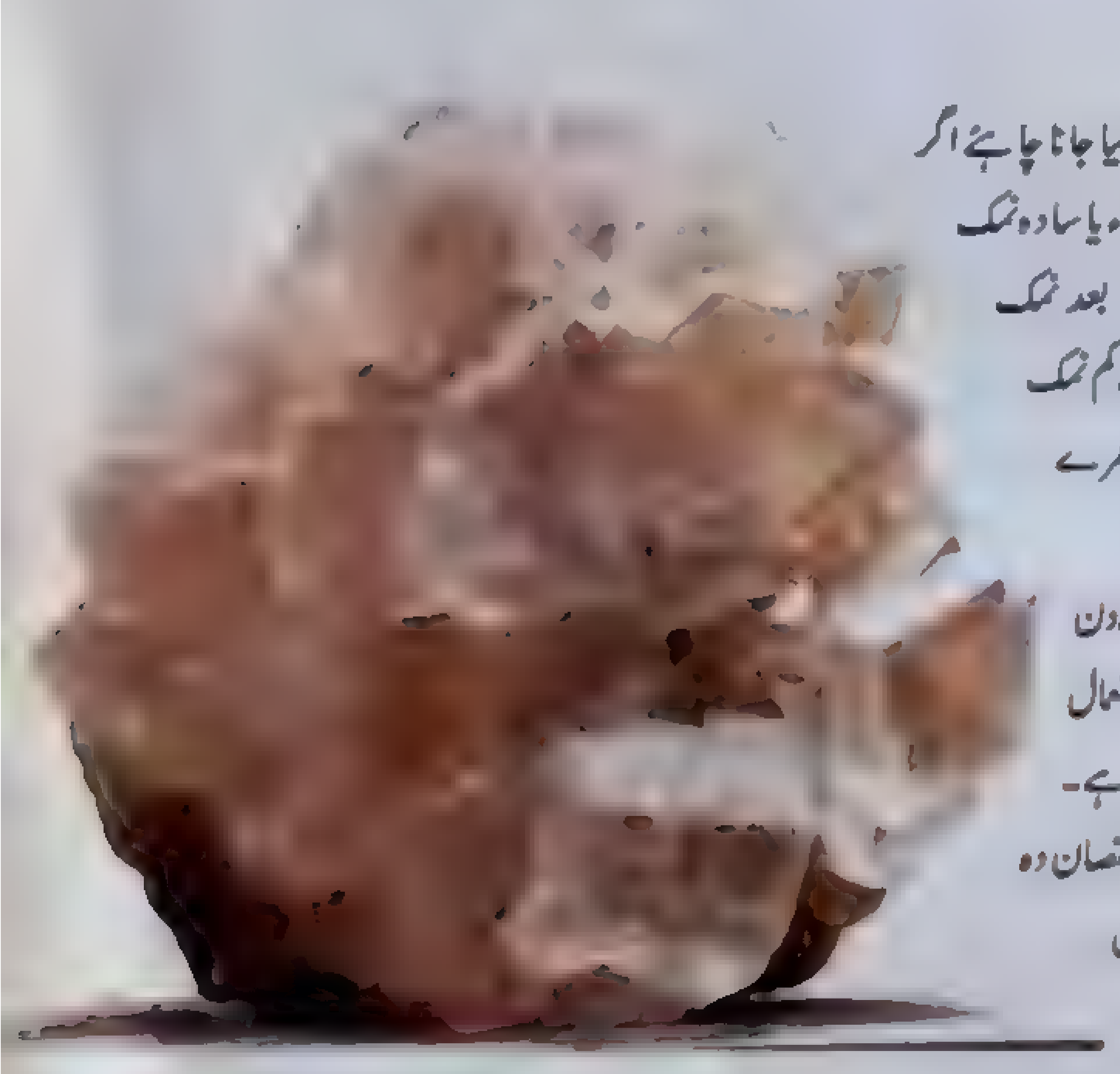
گرمیوں کے موسم میں نمک کا استعمال بڑھ جاتا ہے کیونکہ پسینے کے ذریعے نمکیات کا بڑا حصہ خارج ہو جاتا ہے۔ موسم گرما میں نمک کا مناسب استعمال ہماری جان بچاتا ہے کیونکہ خون میں سوڈیم کم ہو تو لو لگنے کی صورت میں حالت زیادہ خراب ہو سکتی ہے۔

آپ کو مزید حیرت اس وقت ہوگی جب ڈاکٹرز باور کرائے کہ نمک کے پرہیز سے بلڈ پریشر میں چونکا دینے والی کمی واقع نہیں ہوتی۔ یہ بات طبی جائزوں سے ثابت ہو چکی ہے۔ 2003ء میں گلاسکو میں ایک تحقیق ہوئی تھی جس میں دیکھا گیا تھا کہ جن لوگوں نے طویل عرصے تک نمک کم استعمال کیا تھا ان کا سائسٹولک بلڈ پریشر اوسطاً 1.1 mmHg کم ہوا تھا جبکہ ڈائسٹولک پریشر میں اوسطاً صرف 0.6mmHg کی کمی واقع ہوئی تھی جو یقیناً زیادہ اہمیت نہیں رکھتی۔ ماہرین نمک کم سے کم استعمال کرنے کا مشورہ دیتے ہیں جبکہ ان جائزوں سے ظاہر ہوتا ہے کہ نمک میں کمی سے بلڈ پریشر خاطر خواہ حد تک کم نہیں ہوتا، البتہ نمک میں بڑی حد تک کمی سے ہارٹ اٹیک ہو سکتا ہے۔

نمک کم استعمال کرنے سے ایک نقصان اور بھی ہوتا ہے اور وہ ہے جسم میں انسولین کی مزاحمت کا ہونا، یہ جسم میں غذا کے انجذاب کے عمل میں خرابی کی ایک بڑی علامت ہے اور اس کے نتیجے میں تھکاوٹ اور ذیابیطس کی شکایتیں بھی پیدا ہو سکتی ہیں۔ ذیابیطس کے مریضوں میں یہ دیکھا گیا ہے کہ مناسب مقدار میں سوڈیم لینے سے ان کا گلوکوز میٹابولزم اور انسولین کی کارکردگی بہتر ہو جاتی ہے۔

نمک کی کمی سے ہڈیاں کمزور پڑ سکتی ہیں یعنی جسم کو نمک کے ذریعے ملنے والے سوڈیم کی کمی سے ریڑھ کی ہڈی کے فریکچر کا امکان بڑھ جاتا ہے۔ دیگر ہڈیوں کے ٹوٹنے کا امکان 40 فیصد تک بڑھ جاتا ہے جبکہ چھ سالہ جائزے کے دوران مریضوں کی موت کا خطرہ 21 فیصد بڑھ گیا تھا۔

نمک ضروری سہی مگر کتنا؟



یہ صرف اعتدال کی حد تک استعمال کیا جانا چاہئے اگر آپ کسی ایک وقت زیادہ نمکین اشیاء یا سادہ نمک لے چکیں تو تھوڑے وقفے کے بعد نمک استعمال کر سکتے ہیں۔ ضرورت سے کم نمک بھی ضرر رساں ہے تو زیادتی بھی خطرے کی نشانی!

اگر ڈاکٹرز تجویز کر دیں کہ آپ کو پورے دن میں ایک چائے کے چمچ برابر نمک استعمال کرنا ہے تو ان کی بات میں وزن ہے۔ گرمیوں میں کسی قدر زیادہ استعمال نقصان دہ نہیں ہوتا لیکن جراکی یا زیادتی دونوں ہی مضر ہو سکتے ہیں۔

آئس کریم سمر ٹائم ٹریٹ

یہ غذائیت کا اہم جزو بھی ہے

اُمِ حیا فاروقی

آئس کریم تفریحِ طبع کے لئے کھائی جاتی ہے یا اس کی غذائی قدر و قیمت بھی ہوا کرتی ہے؟ یہ سوال دلچسپی سے خالی نہیں کہ آخر ہم آئس کریم کیوں کھانا چاہتے ہیں؟ ہر عمر کے افراد اسے کھانے میں دلچسپی اور شوق کا مظاہرہ کرتے ہیں تو کیوں؟ کیا محض اس کی رنگا رنگ پریزنٹیشن، ذائقوں اور اجزاء سے متاثر ہو کر اسے کھانے کے لئے لپکتے ہیں یا اسے گرمی کا توڑ سمجھ کر کھاتے ہیں۔

آئس کریم کی غذائیت کا انحصار کریم اور دودھ جیسے اجزاء پر ہوتا ہے۔ ان دونوں اجزاء سے آئس کریم میں کیلشیم اور وٹامنز کے علاوہ کچھ زنیڈ فیٹس بھی مہیا ہوتے ہیں۔ دیگر اجزاء میں پھلوں کے مخصوص ذائقے اور شکر کے شیرے سے توازن قائم کیا جاتا ہے، تاکہ یہ تمام اجزاء باہم مل کر آئس کریم کو مخصوص درجۂ حرارت اور نقطۂ انجماد پر لے آئیں اور ٹھوس شکل واضح ہو جائے۔

آئسکریم وٹامنز کا ذریعہ ہے

پرہیزی غذا استعمال کر کے وزن قابو میں رکھنے والے افراد کو آئس کریم کھانے سے روکا جاتا ہے، کیونکہ یہ کیلوریز میں اضافے کے لئے ٹھیک ٹھاک شہرت رکھتی ہے۔ طب اور ماہرین غذائیت کے خیال میں ایک کون یا ایک اسکوپ میں 150-130 کیلوریز پائی جاتی ہیں۔ دوسری طرف وٹامن A ریبوفلیون B2 اور B12 کے علاوہ کیلشیم اور پروٹین بھی موجود ہوتی ہے۔ تاہم ایک چھوٹا اسکوپ لے لینے میں وزن کی زیادتی جیسے خطرات لاحق نہیں ہوتے۔ آپ کو کیلوریز جلانے کی بہرحال تھوڑی سی فکر ضرور کر لینی چاہئے۔

ہر موسم میں اس کو عادتاً کھانے والے 15-5 فیصد چکنائی اپنے اندر یکجا کر لیتے ہیں، لیکن اس کی وجہ دوسرے میٹھے منجمد کھانے بھی ہیں۔ ایسے مشروبات جنہیں پیاس بجھانے کے لئے دوران سفر استعمال کر لیا جاتا ہے۔ ان تمام اجزاء میں شیرے کا مادہ روزانہ کے جسمانی تقاضوں سے کہیں بڑھ کر شامل ہو جاتا ہے۔

پریمیم آئس کریم

اس طرز کی مٹھاس کے مخصوص ذائقے کا نعم البدل ملنا مشکل ہو جاتا ہے۔ گو کہ یہ عام آئس کریم کے مقابلے میں قیمتاً مہنگی ہوتی ہے، لیکن شائقین اور صارفین قیمت پر کوئی سمجھوتہ نہیں کرتے۔

ڈیری آئس کریم

خالص دودھ اور آئس کریم کے اجزاء پر مشتمل یہ مٹھاس Non-milk fat پر مبنی ہوتی ہے یا اس میں ویجی ٹیبل فیٹس شامل کئے جاتے ہیں۔ Non-dairy آئس کریم میں سچوریٹڈ فیٹس کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔ یاد رکھنے کی بات یہ ہے کہ آئس کریم ڈیری ہو یا نان ڈیری زیادتی ہر چیز کی بری ہوتی ہے لیکن آئس کریم کھانا ترک نہ کیا جائے، بلکہ اس کو اعتدال میں رہ کر کھائیں۔ یہ بلاشبہ ماڈرن مٹھاس ہے اور گرمیوں میں اس خاص مٹھاس کے لئے بڑے اور بزرگ بھی بچے بن کر فرمائش کر کے طلب کرتے ہیں۔

> آئسکریم ماڈرن مٹھاس ہے جسے ہر عمر کا فرد شوق سے کھاتا ہے خاص کر بزرگ تو فرمائشاً طلب کرتے ہیں

Stillman's
Beauty
اسٹلمنز اسکن بلیچ کریم ۔ دلکش گوری رنگت کے لئے
اگر آپ بھی گوری اور خوبصورت رنگت چاہتی ہیں تو آج ہی سے
اسٹلمنز اسکن بلیچ کریم کا استعمال شروع کردیں اسٹلمنز اسکن بلیچ کریم کا
باقاعدہ استعمال مختصر عرصہ میں آپ کی جلد کی رنگت کو نکھار کر گورا اور
خوبصورت بناتا ہے
نقل سے ہوشیار
اصلی اسٹلمنز کی پہچان ہے
اسٹلمنز ہمیشہ اپنے قابلِ اعتماد دکاندار سے خریدیں
SBC 06-12

شیف افضل نظامی سے ملئے

جن کی وجہِ شہرت کچھ میٹھا کچھ نمکین بھی ہے

ہڑپہ، ساہیوال کے افضل نظامی کا بچپن ہی کچن میں گزرا اور یہ سوال ہی نہیں اُٹھا کہ لڑکا کچن میں کیا کر رہا ہے؟ کیونکہ یہ لڑکا تو پیدا ہی خاندان کا نام روشن کرنے کے لئے ہوا تھا اور خاندان بھی پکانے کے عمدہ سلیقے اور روایت کا امین تھا۔ سچ ہی کہتے ہیں کہ مچھلی کے بچے کو تیرنا کون سکھاتا ہے۔ سو آج افضل نظامی ٹیلی ویژن سلیبریٹی کے روپ میں گھر گھر جانے پہچانے جاتے ہیں۔ ان سے ہمارا مختصر سا مکالمہ ہوا۔ آپ بھی پڑھئے!

''آپ نے اپنے کیریئر کی شروعات کیسے کی؟''

''یہ دلچسپ واقعہ ہے کہ کیریئر تو پتا ہی نہیں چلا کہ کب اور کہاں سے شروع ہوگیا۔ مجھے تو اتنا یاد ہے کہ 10 سال کی عمر تھی جب سے والد صاحب کی دکان پر کام کرنے لگے۔ میرے استادِ گرامی بھی والد صاحب ہی تھے۔''

''پھر آپ نے اس فن کو کیسے آگے بڑھایا، کیا کہیں ملازمت بھی کی؟''

''ساہیوال میں اکبر سویٹ ہاؤس تو ہماری اپنی ہی دکان تھی۔ پھر پرل کانٹی نینٹل کراچی، کارلٹن ہوٹل، میریٹ ہوٹل، شیرٹن اور اے آر وائی ذوق چینل تک رسائی رہی۔ میں نے ہر جگہ سے کوئی نہ کوئی نئی بات ضرور سیکھی۔ عمدہ پیشہ ورانہ قرینہ اور پریزنٹیشن کے ساتھ ساتھ ذائقے دار پکوان تیار کرنا سیکھا، مگر کیریئر میں کہیں بھی کوئی اُلجھن پیش نہیں آئی۔ سوائے فائیو اسٹار ہوٹل میں پہلے دن کی گھبراہٹ کے، اور وہ قصہ کچھ یوں ہے کہ میں ٹھہرا کھلے ڈھلے ماحول کا پروردہ اور ہوٹل میں بند ہو کر کچن میں کام کرنے کا انوکھا سا تجربہ ہوا۔ شروع شروع میں تو دم گھٹتا ہوا محسوس ہوا مگر میں نے جلد ہی اپنی کیفیت پر قابو پا لیا۔ اب میں کسی بھی جگہ کھانا پکا سکتا ہوں۔''

''مٹھائیاں بنانے کا فن تو آپ کے خاندانی ورثے کی دین ہے، مگر آپ کھانے میں کیا پسند کرتے ہیں؟''

''یوں تو ہر چیز کھا لیتا ہوں، مگر آلو گوشت اہتمام سے بناتا ہوں اور کھانے میں پسند بھی ہے۔''

''ہمارا اپنا پروگرام فوڈ ستان سے آپ کو اپنے فن میں کوئی مدد ملی۔''

''بھئی یہ پروگرام تو بہت ہی اچھا لگا۔ ہمارے شعبے میں اس کے بڑے چرچے رہتے ہیں۔ خاص کر نئے آنے والوں کے لئے یہ درسی کتاب جیسی اہمیت رکھتا ہے۔ اس پروگرام سے نئی نسل کو سیکھنے اور آگے بڑھنے کے کئی مواقع ملے۔ مستقبل میں بھی اس کے فوائد حاصل ہوتے رہیں گے۔''

''رمضان میں آپ کی خاص اور پسندیدہ ڈش کیا ہوتی ہے، یعنی جسے آپ شوق سے کھائیں؟''

''قیمے کی کچوری خود بنانا اور سب کو پیش کرنا۔ اس کے علاوہ آلو کے سموسے اور پکوڑے تو اہم لوازمات میں شامل ہی ہیں۔''

''جلیبی اور پھینی بنانا کیا آسان ہے آپ کے لئے؟''

''نہیں یہ تو بہت مشکل کام ہے۔''

''آپ کی سحری اور افطار کا مینیو کیا ہوتا ہے؟''

''میں سچی بات بتاؤں کہ چائے اور پراٹھے سے سحری کرتا ہوں۔ مجھے یہی بھاتا ہے۔ افطاری میں البتہ روایتی ڈشز جن میں سرفہرست شربت اور سموسے پکوڑے وغیرہ ہوتے ہی ہیں۔''

''ٹی وی سلیبریٹی شیفز میں آپ کی پسندیدہ شخصیت۔''

''مجھے شیف سعادت صدیقی کا انداز پسند ہے۔ گفتگو میں بھی دھیما پن ہے، بہت با اخلاق ہیں۔ بلکہ انہیں مرنجان مرنج کہہ سکتے ہیں اور پکانے کا انداز بھی سادہ ہے، جسے میرے علاوہ بھی بیشتر ناظرین پسند کرتے ہیں۔''

''ڈالڈا کی پلاٹینم بک آپ نے پڑھی، کیسی لگی؟''

''بھئی یہ تو آپ لوگوں نے کمال کا کام کیا ہے۔ بہت اچھی کتاب ہے، بلکہ ہر لحاظ سے لاجواب ہے۔''

''اگر آپ کو گھر سے باہر کھانا کھانے کا موقع ملے تو کہاں جانا پسند کریں گے؟''

''صرف اور صرف شیرٹن ہوٹل میرا ترجیحی انتخاب ہوگا۔ مجھے ان کا کھانا اچھا لگتا ہے۔ ہر شعبے میں ان کی کارکردگی بہتر ہے۔''

''اپنی ذاتی زندگی کے بارے میں کچھ بتانا چاہیں گے کیا؟''

''زندگی کا خوشگوار ترین واقعہ آپ کو بتاؤں کہ جسے پسند کرتا تھا وہی شریکِ حیات بنیں اور بہت حد تک سادگی پسند ہوں۔ میری شخصیت درویشانہ بھی کہی جا سکتی ہے۔''

''کیا مطالعے کا شوق رکھتے ہیں۔ اردو ادب یا اپنے شعبے کی کتب وغیرہ پڑھتے ہیں؟''

''مطالعے کا شوق بھی ہے اور کبھی کبھی شعروں کا نزول بھی ہوتا ہے۔ ملاحظہ فرمایئے، میرا ایک منتخب قطعہ۔

جو اس کا حق ہے مجھ پر، وہ ادا کر ہی نہیں سکتا
میں جب تک گھر نہیں لوٹوں تو ماں سجدے میں رہتی ہے

''یعنی زندگی میں بھی شیرینی شامل ہوگئی، اب اپنی بنائی ہوئی مٹھائیوں کے لئے دو چار حرف کہہ دیں۔''

میٹھا کھایئے، مٹھائی کھلایئے۔ یہ دوا بھی ہے اور غذا بھی ہے۔''

افضل صاحب نے خاصی گہری بات کی ہے۔ اب یہ آپ پر منحصر ہے کہ میٹھا کھانے کا اصل رمز کیسے سمجھ پاتے ہیں۔ کھانے کے بعد منہ میٹھا کرنا تو سنتِ نبویؐ ہے اور یہ بھی سچائی ہے کہ نمکین کھا کے منہ کا ذائقہ بدلنا کسے اچھا نہیں لگتا۔

میٹھا کھایئے، مٹھائی کھلایئے یہ دوا بھی ہے اور غذا بھی ہے

فالودہ گھر پر بنائیں

چاہے کھائیں چاہے پیئیں، موج اڑائیں

امبر سلیم

فالودہ ایک مشہور و معروف روایتی ٹھنڈا مشروب ہے جو بنیادی طور پر ایرانی مشروب سے مماثلت رکھتا ہے اور یہ برصغیر میں مغل دور میں متعارف ہوا تھا۔

پاکستان بھر میں قصوری فالودہ بہت مشہور ہے۔ یہ فالودہ ربڑی، سویوں، شیرے، اور قلفی پر مشتمل ہوتا ہے لیکن گزرتے وقت کے ساتھ اس میں جدت آگئی ہے اور اب اسے مختلف شہروں اور علاقوں میں جیلی، پھلوں اور آئس کریم کے ساتھ بھی کھایا جاتا ہے۔ بڑوں کی طرح بچے بھی اسے خاص طور پر بہت پسند کرتے ہیں۔

عام طور پر یہ سارا سال ہی کھایا جاتا ہے لیکن موسم گرما میں لوگ اسے زیادہ شوق سے کھاتے ہیں کیونکہ یہ جسم کو ٹھنڈک اور فرحت کا احساس بخشتا ہے۔

فالودہ غذائی اعتبار سے بھی بہترین ہے کیونکہ دودھ وٹامن ڈی کا ذریعہ ہے اور اگر اس میں تخم بالنگا شامل کر لیا جائے تو یہ مزید فائدہ مند ہو جاتا ہے جو جسمانی گرمی کو کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

فالودہ گھر میں تیار کرنا بظاہر مشکل لگتا ہے پر ایسا نہیں ہے۔ یہ وقت طلب ضرور ہے لیکن آخر میں ملنے والی تعریف خاتونِ خانہ کی ساری تھکن کا خاتمہ کر دیتی ہے۔

اسے بنانے کے لئے کسی خاص سامان کی ضرورت بھی نہیں ہے صرف آپ کو فالودہ کی سویاں بنانے والی مشین لانی پڑے گی جو ڈھائی سو سے تین سو روپے میں بہ آسانی دستیاب ہے۔

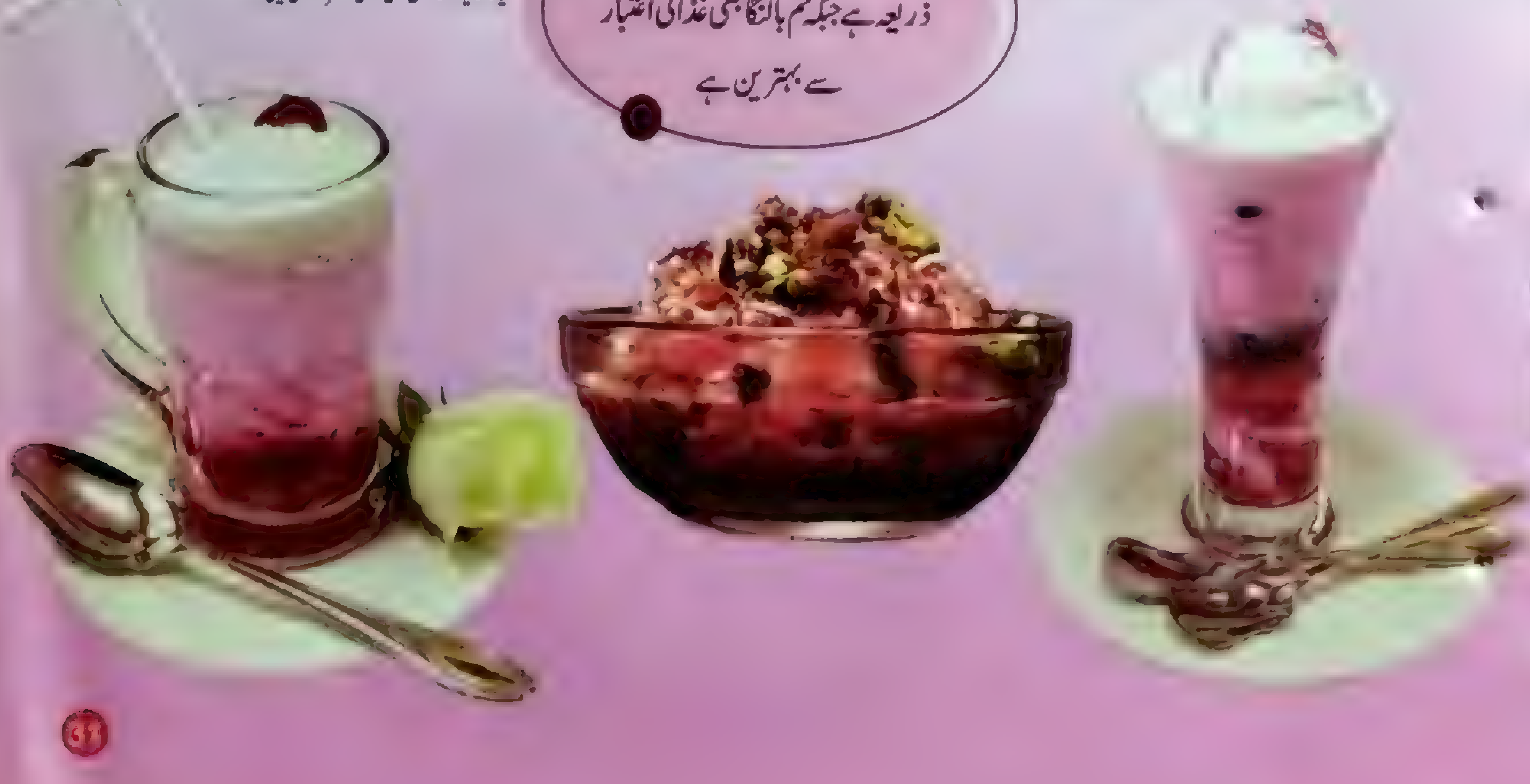
سویاں بنانے کے لئے آپ کو چینی ایک کپ، کارن فلار یا ارا روٹ ایک کپ، پانی تین کپ کی ضرورت پڑے گی۔

ایک کپ پانی میں چینی مکس کرکے پکائیں جب چینی حل ہو جائے تو باقی دو کپ پانی میں کارن فلار یا ارا روٹ مکس کر لیں اور اسے چینی والے پانی میں شامل کر دیں۔ اسے دس سے بارہ منٹ پکائیں، یہ لئی کی طرح بن جائے گا۔ باؤل میں ٹھنڈا برف والا پانی لیں، گرم گرم کارن فلار آمیزے کو سویاں بنانے والی مشین میں ڈال کے سویاں بناتے ہوئے ٹھنڈے پانی میں ڈالتے جائیں۔

حسب ضرورت تخم بالنگا بھگو کر رکھیں، یہاں تک کہ وہ اچھی طرح پھول جائے۔ ڈبے پر لکھے طریقہ کار کے مطابق ہری اور لال جیلی کی کیوبز اور چینی کا شیرہ بھی بنا کر رکھ لیجئے۔

اب اپنے خاندان کے افراد اور آنے والے مہمانوں کی تعداد کو مدِ نظر رکھتے ہوئے آپ فالودہ شیک بنا سکتی ہیں، کیونکہ یہ بچوں اور بڑوں میں یکساں مقبول ہے، کون ہے جو اسے کھانا پسند نہیں کرے گا۔ سویاں، تخم بالنگا، جیلی کیوبز اور چینی کا شیرہ تیار ہے۔ دودھ، برف کیوڑہ، لال شربت، پستہ بادام کترا ہوا ہر گھر میں رکھا رہتا ہے۔ ان تمام چیزوں کو ملایئے، مزیدار فالودہ شیک تیار کیجئے۔ اگر آپ چاہیں تو آخر میں آئسکریم اور تازہ موسمی پھلوں کے ٹکڑے بھی شامل کر سکتی ہیں۔ لیجئے ہوم میڈ فالودہ تیار ہو گیا۔ گلاسوں میں نکال کر سرو کر سکتی ہیں۔

> اِس میں شامل دودھ وٹامن ڈی کا ذریعہ ہے جبکہ تخم بالنگا بھی غذائی اعتبار سے بہترین ہے



انڈے میں کچھ خاص ہے!

تبھی تو اِس کے بناء ناشتہ لگے اَدھورا سا

فریدہ خانم، لاہور

انڈے کا شمار بھرپور غذا میں کیا جاتا ہے۔ مرغی کے انڈے کی سفیدی اور زردی دونوں ہی مفید ہیں۔ اس میں چکنائی، نشاستہ، کیلشیم، فاسفورس اور فولاد پایا جاتا ہے۔ مرغی کا انڈا تاثیر میں گرم تر ہے، مگر اس میں دودھ سے زیادہ طاقت ہوتی ہے۔ انڈے کی زردی میں حیاتین اے، بی، ڈی اور ای کثیر مقدار میں ہوتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ نے انڈے میں وہ تمام چیزیں بڑے مناسب انداز اور مقدار میں جمع کر دی ہیں، جو جسم انسانی کی تعمیر اور نشو ونما کے لئے لازم ہیں۔

خصوصیات

اس میں گوشت پوست، دماغ، ہڈی بنانے، سرخ اور صاف خون پیدا کرنے والی خصوصیات کے علاوہ معدہ، پھیپھڑوں، آنتوں اور آنکھوں کو نور بخشنے والے تمام قیمتی اجزا بہترین تناسب میں موجود ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ اس میں اعصابی نظام کی تعمیر کرنے والے اہم جزو "لیسی تھین" (Lacithin) بھی پایا جاتا ہے۔ بوعلی سینا کی رائے میں انڈا بدن میں عمدہ خون پیدا کرتا ہے۔

اس کی تاثیر کیسی ہے

مرغی کا انڈا تاثیر میں گرم تر ہے، مگر اس میں دودھ سے زیادہ طاقت ہوتی ہے۔

کیسا انڈا جلد ہضم ہوتا ہے؟

کچا انڈا جلد ہضم ہو جاتا ہے اور جب ہم اسے پکاتے ہیں تو جس قدر اسے پکایا جائے، اتنا ہی دیر سے یہ ہضم ہوتا ہے۔ کچا انڈا پھینٹا ہوا ایک گھنٹہ تین منٹ میں، کچا انڈا تازہ دو گھنٹے میں، ہاف بوائل انڈا ہضم ہونے میں دو گھنٹے تیس منٹ لگاتا ہے۔

ایک انڈے کی کیلوریز

بڑے سائز کے ایک انڈے میں 80 کیلوریز ہوتی ہیں، جبکہ اس کی سفیدی میں 16 سے 17 اور زردی میں 54 سے 55 کیلوریز ہوتی ہیں۔

تازہ انڈے کی پہچان کیجئے

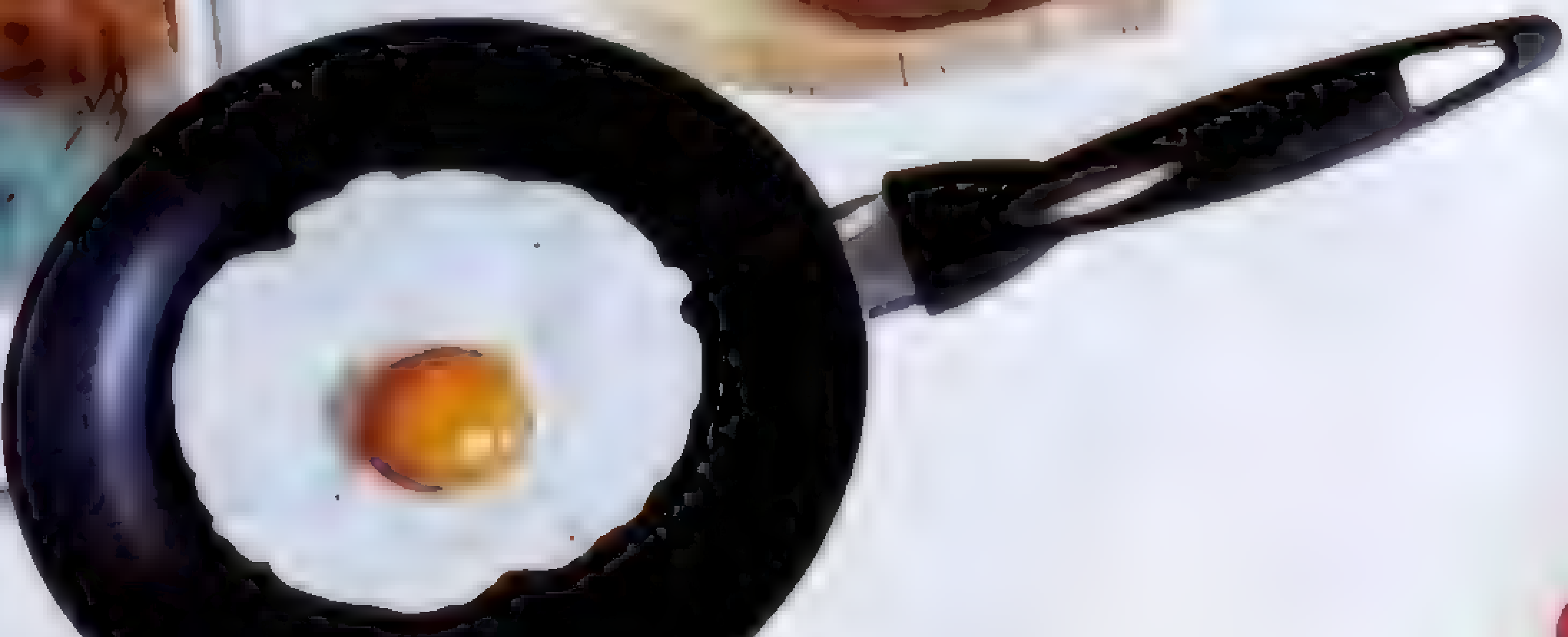
ایک پاؤ پانی میں ایک چھٹانک نمک ملائیں اور اس محلول میں انڈا ڈال دیں۔ خراب انڈا پانی میں تیرے گا، جب کہ تازہ انڈا پانی میں بیٹھ جائے گا۔

کسی اندھیرے کمرے میں بلب روشن کریں انڈے کو روشنی کے رخ پر رکھیں، اگر یہ نیم شفاف نظر آئے تو انڈا ٹھیک ہے اگر آپ کو اس میں داغ دھبے نظر آئیں تو خراب ہے۔

ہمارے ہاں عام طور پر مرغی کا انڈا ہی کھایا جاتا ہے بعض لوگ بطخ کے انڈے بھی کھا لیتے ہیں لیکن بطخ کا انڈا کبھی بھی کچا استعمال نہیں کرنا چاہئے، اسے ہمیشہ پکا کر ہی کھانا چاہئے کیونکہ اس میں ایک مادہ موجود ہوتا ہے جسے ٹرائپ سین (Trypsin Inhibitor) کہتے ہیں۔ یہ مادہ انڈے کی پروٹین پر اثر انداز ہو تو اس کی غذائیت کو کم کر دیتا ہے، لیکن جب انڈے کو پکایا جاتا ہے تو یہ مادہ ختم ہو جاتا ہے۔

انڈے میں چکنائی، نشاستہ، کیلشیم، فاسفورس اور فولاد کے علاوہ بیشتر وٹامن شامل ہیں

انڈے کی افادیت سے انکار ممکن نہیں، اسی لئے یہ ہمارے ہاں بنائے جانے والے کیکس اور بسکٹس کا لازمی جزو بھی ہے۔ جس کی بدولت یہ بہت ہی مزے دار ہو جاتے ہیں۔ اسی طرح ناشتے کی میز بھی اس کے بغیر ادھوری ادھوری دکھائی دیتی ہے، جیسے باورچی خانے سے ابھی کچھ گرما گرم آنا باقی رہ گیا ہے۔



قرشی
گیسٹوفل
گیس، سینے کی جلن اور بدہضمی کا حل
تیزابیت، گیس، سینے کی جلن اور بدہضمی کی حالت میں 100% قدرتی اجزاء سے بنی گیسٹوفل، جو فوری اثر دکھائے اور منٹوں میں آرام پہنچائے۔
Gesto fill
AKSEER TABKHIR
TABLETS
Gesto fill
Join us on
www.facebook.com/QarshiPakistan
www.qarshi.com

کھانا کھانا کم، کھلانا زیادہ ہے

کیونکہ ہر طبقے کی عورت پہلے اپنے کنبے کی فکر کرتی ہے

درخشاں فاروقی

کیلے

Avocado (آواکاڈو)

Asparagus

خواتین ایثار پسند ہوتی ہیں رشتوں کے تقدس کا خیال رکھنا ہو، اپنی ذات کی نفی کرنی ہو اور آدھا نوالہ کھا کر پوری روٹی شوہر اور بچوں کے لئے بچانی ہو، پیش پیش رہتی ہیں۔ ایسا نہیں کہ یہ صرف غریب عورت کا حال ہے، ہر طبقے کی عورت پہلے اپنے کنبے کی فکر کرتی ہے وہ سمجھتی ہے کہ اگر وہ گھریلو عورت ہے تو اسے بھر بھر کے کھانے پینے کی کوئی ضرورت نہیں، اصل میں شوہر اور بچوں کی ڈائٹ اہمیت رکھتی ہے۔ اس ڈائٹ کو متوازن اور بھرپور ہونا چاہئے، اپنا کیا ہے؟

اس سوال کا جواب یہ بنتا ہے کہ اسے اپنے وجود سے کنبہ آگے بڑھانا ہے۔ زندگی کا دھارا اس کے ناتواں یا توانا دونوں صورتوں میں اس ہی کی صحت اور جسم سے جڑا ہوتا ہے۔ ہر مہینے کے چند خاص ایام، زچگی، مینوپاز اور پھر اگر عمر طویل ہو تو لمبا بڑھاپا اس کا منتظر ہوتا ہے۔

کس نے کہا کہ عورت کو بھر بھر کے کھانا چاہئے مگر اسے یہ ضرور سوچنا چاہئے کہ کیا وہ متوازن غذا لے رہی ہے؟

ذیل میں چند وٹامنز، معدنیات اور صحت بخش اجزاء پر مشتمل غذاؤں کی نشاندہی کی جا رہی ہے۔ آپ اپنا پلیٹر دیکھیں کہ اس میں کیا کچھ موجود نہیں ہوتا۔

اپنا پلیٹر بھی ضرور دیکھیں، کیا اس میں اہم وٹامنز، معدنیات اور صحت بخش اجزاء موجود ہیں یا نہیں؟

Asparagus

یہ سبزی پاکستان میں کم و بیش ہی دستیاب ہوتی ہے مگر بڑے شہروں کی سبزی مارکیٹوں میں مل جائے گی۔ اگر آپ سپلیمنٹ کی صورت میں فولک ایسڈ نہ لے سکیں تو یہ سبزی غذا کا جزو بنا سکتی ہیں۔ یہ ریڑھ کی ہڈی کو مضبوط کرتی ہے، ہر عمر کی خاتون کے لئے قدرتی ٹانک ہے، خون کی گردش بہتر کرتی ہے، سبزیاں دو کھانوں کے درمیانی عرصے میں کھانے کی عادت ڈال لیں کیونکہ یہ ان کے غذائی فوائد حاصل کرنے کا بہترین وقت ہے۔

Avocado (آواکاڈو)

یہ ہمہ صفت قسم کی سبزی ہے جس میں غذائیت بخش اجزاء کے علاوہ بیرونی جلد کی زیبائش کی عمدہ صلاحیت پائی جاتی ہے۔ اس میں ایزینشل فیٹی ایسڈز کے علاوہ امائنو ایسڈ جلد کو غذا مہیا کرتے ہیں۔ جسم کے میٹابولک سسٹم کو تقویت دینے کے علاوہ یہ ایک بہتر اینٹی آکسیڈنٹ بھی ہے۔

کیلے

اس پھل میں پوٹاشیم، ریشہ اور دیگر معدنیات موجود ہیں۔ پوٹاشیم جسم میں پانی کی مقدار کو متوازن رکھتا ہے، آنتوں کی سوزش اور جلن کی کیفیت کا موثر حل ہے۔ ریشہ قبض سے نجات دلاتا ہے، اگر کسی روز دیگر غذا کم مقدار میں لی جائے تو ایک یا دو کیلے ضرور کھا لیا کریں تاکہ اعصابی اور جسمانی طور پر توانا رہیں۔

Beans (پھلیاں)

پھلیاں پروٹین اور ریشے سے بھرپور ہوتی ہیں اس کے علاوہ فولک ایسڈ کی مقدار میگنیشیم اور آئرن کے ساتھ متوازن کر دی جائے تو عضلات کے لئے بےحد موافق ہوتی ہیں۔

Berries

اسٹرابیری اور رس بھری سے لے کر کین بھری تک سب کھائیے۔ ان سے وٹامن C کے علاوہ اینٹی آکسیڈینٹس غذاؤں کی افادیت ملے گی۔ وٹامن C قوت مدافعت تشکیل دیتا ہے اور اس کی ضرورت ہر عمر کی خاتون کو ہوتی ہے، خاص کر اوسٹیوپوروسس کی شکایت میں کیلشیم کے انجذاب کے لئے معاون ہوتی ہے۔

Flax seeds (السی کے بیج)

السی کے بیجوں کو غذا کا جزو لازماً بنائیے کیونکہ اس میں اومیگا 3 فیٹی ایسڈ کی وافر مقدار بریسٹ کینسر سے محفوظ رکھتی ہے۔ یہ آنتوں کی سوزش دور کرنے اور معدے کے افعال بہتر بنانے کے لئے موزوں ہے۔ ہاضمے کی خرابیاں دور کرنی ہوں تو بھی السی کا استعمال مفید رہتا ہے۔ گیس کے مسئلے بھی اس کی مدد سے حل ہو سکتے ہیں۔ آپ یہ کریں آٹا گوندھتے وقت چند دانے السی کے بیج پیس کر آٹے میں ملا لیں اور اپنے کنبے کے لئے غذائیت بھری اور محفوظ ترین روٹیاں بنائیں

Flax seeds (السی کے بیج)

Beans (پھلیاں)

دودھ

Oats (دلیے)

روغنی مچھلی

پپیتا اور گاجر

تا کہ کینسر کے اندیشے سے نجات ملے۔

Ginger (ادرک)

لہسن ادرک ہمارے مشرقی کھانوں کالازمی جزو ہوتے ہیں۔لہسن قدرتی اسپرین ہے،خون کو پتلا کرتا ہے اورادرک خون کی گردش بحال کر کے پورے جسم کو detoxify (زہریلے مادوں سے پاک) کرتا ہے۔ یہ جوڑوں کے دردوں میں افاقہ دیتا ہے۔ چینی خواتین موسم سرما کے آغاز ہی میں ادرک کی چائے پینا روٹین بنالیتی ہیں۔آپ روزانہ نہ سہی ہفتے میں تین سے چار مرتبہ یہ چائے پی کر اپنی کیفیت بہتر کرسکتی ہیں۔

دودھ

یہ کیلشیم کا اہم ترین اور بنیادی ذریعہ ہے۔ایامِ سے پہلے،ایام کے دنوں میں،زچگی سے پہلے اور بعد میں یعنی عمر کے ہر حصے اور ہر دور میں دودھ کا استعمال بہت ضروری اور اہمیت کا حامل ہوتا ہے۔خاص کر عمر میں 30 کا عشرہ لگتے ہی دودھ آپ کی روزانہ کی روٹین میں شامل ہونا چاہئے،لیکن یہ کتنی مقدار میں آپ کے لئے موزوں ہوگا یہ مشورہ ڈاکٹر سے کریں،وہ آپ کی ہڈیوں کے ایک ٹیسٹ یا معائنے کے بعد ایک سے دو یا تین گلاس کا فیصلہ کرے گا۔تاہم دودھ سے بنی اشیاء کا استعمال بھی جاری رکھیں تا کہ نوجوانی سے مینوپاز تک آپ کو ہڈیوں کے کھُر کھُرے پن یا دانتوں کے پیچیدہ مسائل کم سے کم ہوں۔

> Asparagus ریڑھ کی ہڈی کو مضبوط کرتی ہے، یہ ہر عمر کی خاتون کے لئے بہترین قدرتی ٹانک ہے

Oats (دلیے)

دلیے تازہ بنائیں یا تیار شدہ شکل میں استعمال کریں۔ان میں ریشہ،فولک ایسڈ،وٹامن B6 خواتین کی صحت کے لئے بہت ضروری ہیں۔ایام کے دنوں میں خواتین چڑچڑی ہونے لگتی ہیں یہ قدرتی سی بات ہے۔ہارمونز کی بے ترتیبی ذہن اور جسم دونوں کو غیر متوازن کرتی ہے۔دلیے کولیسٹرول کم کرتے ہیں،بلڈ پریشر نارمل رکھتے ہیں اور خون میں شکر کی سطح کو توازن کے ساتھ برقرار رکھتے ہیں اور ہاضمے پر بھی دباؤ نہیں ڈالتے تاہم سفید شکر کا استعمال نہ کیا جائے تو بہتر ہے۔تیار دلیوں میں گندم، چاولوں، چاکلیٹ،خشک میووں اور خشک پھلوں کے اجزا شامل کئے جاتے ہیں لہٰذا اضافی شکر لینا موزوں نہیں ہوتا۔

روغنی مچھلی

اس خاص مچھلی میں آپ کو اومیگا 3 فیٹی ایسڈز کے علاوہ آئرن بھی مل جاتا ہے۔بڑھتے ہوئے بچوں کی غذا ہو یا بالغ عورتوں اور مردوں کی،ہر کسی کو پروٹین کی ضرورت ہوتی ہے۔خواتین اگر ہر روز نہ سہی ہفتے میں چار مرتبہ مچھلی کا چھوٹا سا ٹکڑا کسی کھانے میں شامل کرلیں تو عمومی صحت کے ساتھ ساتھ ڈپریشن دور کرنے اور جلد کو قبل از وقت بڑھاپے سے بچانے کے لئے یہ بے حد موثر ترکیب ہے۔

پپیتا اور گاجر

ان دونوں میں بیٹا کیروٹین ایک مشترک غذائی جزو ہے۔اس کے علاوہ اینٹی آکسیڈینٹس اور پوٹاشیم کینسر سے محفوظ رکھنے والے اجزاء ہیں۔قوت مدافعت اور اعصابی کمزوری دور کرنے کے لئے یہ موثر ترین پھل اور سبزی ہے۔

پالک

آپ جانتی ہیں کہ پالک آئرن اور فولیٹ کے اہم ذرائع پر مشتمل سبزی ہے۔PMS یعنی ایام کے دنوں کی تکالیف میں یہ سبزی کھانے سے آرام ملتا ہے۔سینے کی تکالیف میں بھی افاقہ دینے والی سبزی ہے۔اس میں میگنیشیم اور وٹامن K ٹشوز اور ہڈیوں کے لئے بہتر ہیں۔یہ بینائی بہتر کرتی ہے، دھوپ کی شدت سے جھلسنے والی جلد کو اصلی حالت میں واپس لاتی ہے۔

ٹماٹر

یہ لائکوپین جیسے جزو کا اہم ترین ذریعہ ہے۔خاص کر بریسٹ کینسر کا دفاع کرنے والی سبزی اور پھل ہے۔ہلکے سے پکے ٹماٹر میں لائکوپین کا جزو جسم میں جلدی جذب ہوتا ہے۔اینٹی آکسیڈینٹس کی خوبیاں دل کی صحت کو برقرار اور توانا رکھتی ہیں۔اگر ٹماٹر کی چٹنی میں ڈالڈا اولیو آئل کے چند قطرے ملا کر استعمال کئے جائیں تو غذائیت اور افادیت کئی گنا بڑھ جاتی ہے۔

اخروٹ

بڑھے ہوئے کولیسٹرول کی سطح کم کرنے یا خراب کولیسٹرول کے مریضوں کے لئے اخروٹ کھانا بہت ضروری ہے۔وافر مقدار میں اینٹی آکسیڈینٹس اجزاء شامل ہونے کے ساتھ ساتھ کیلشیم،میگنیشیم،فولک ایسڈ،اومیگا 3 فیٹی ایسڈز ہمیں ہڈیوں کے امراض کے علاوہ ڈپریشن سے نجات میں مدد دیتے ہیں۔

پانی

جسم کے کیمیائی عمل کو متحرک اور فعال رکھنے کے علاوہ درجہ حرارت کو متوازن رکھنے کے لئے روزانہ کم از کم 8 گلاس پانی پینا ضروری ہے۔

دہی

یہ بھی کیلشیم کے حصول کا اہم اور موثر ترین ذریعہ ہے،جسے خاص کر خواتین کو اپنی ڈائٹ کا حصہ بنانا ضروری ہے۔یہ صحت مند بیکٹیریا،معدے کی تیزابیت اور جلن کی کیفیت سے بچاتا ہے۔جن خواتین کو دودھ ہضم نہیں ہوتا،انہیں اس کا متبادل یعنی دہی کا استعمال بڑھا دینا چاہئے۔

پالک

ٹماٹر

اخروٹ

پانی

دہی

پپیتا ہاضمہ دوست پھل

یہ بہترین کلینزر بھی ہے، آزمائیے دیکھئے

ارم شفیق

پپیتا ایک بے حد غذائیت سے بھرپور اور مفید پھل ہے۔ سولہویں صدی میں ہسپانوی سیاحوں نے پاناما اور میکسیکو میں پپیتا دریافت کیا تھا اور پھر اسے پوری دنیا میں متعارف کروایا۔ اس کی پیداوار کے لئے زرخیز زمین کے علاوہ گرم مرطوب آب و ہوا بھی ضروری ہے، اس لئے یہ پاکستان میں سب سے زیادہ صوبہ سندھ میں پیدا ہوتا ہے، جبکہ امریکا میں دنیا میں سب سے زیادہ پپیتا کاشت ہوتا ہے۔ اس کا پھل لمبائی میں 7 سے 20 انچ اور قطر میں 4 سے 12 انچ تک ہوسکتا ہے۔ اس کے درخت کی ہیئت بھی انوکھی ہے۔ 10 سے 12 فٹ اونچے اس درخت پر شاخیں نہیں ہوتیں بلکہ چوٹی پر ارنڈ کے پتوں سے مشابہ پتے اسے چھتری جیسی شکل دیتے ہیں۔ تنے پر لگنے والے پھل سائز میں آم سے لے کر خربوزے جتنے ہوتے ہیں۔ اس لئے پپیتے کو ارنڈ خربوزہ بھی کہتے ہیں۔

پپیتے کو بہت سے طریقوں سے کھایا جاتا ہے۔ اس کے گودے کو اناناس کے ساتھ گرائنڈ کرنے سے نہایت لذیز مشروب تیار ہوتا ہے۔ اس کو سلاد اور میٹھوں میں شامل کرکے بھی کھایا جاتا ہے، جبکہ بعض لوگ فروٹ چاٹ میں بھی اس کا ذائقہ پسند کرتے ہیں، جبکہ اس کے ٹکڑوں پر لیموں کا رس اور نمک لگا کر ٹھنڈا کرکے کھانے والے بھی بہت سے شوقین ہیں۔ دہی اور سیریلز میں اس کا ذائقہ بے حد مزیدار لگتا ہے۔ کولمبس اسے "Fruit of Angels" کہتا تھا کیونکہ اس میں بے شمار شفاء بخش اجزاء موجود ہوتے ہیں۔ پپیتا کچا ہونے کی حالت

میں اوپر سے سبز اور اندر سے سفید ہوتا ہے۔ پک جانے پر بیرونی رنگت زردی مائل اور گودا نارنجی مائل زرد ہو جاتا ہے۔ اس میں پروٹین، کاربوہائیڈریٹس، فولیٹ، فائبر، وٹامن A، B، C اور K بھی موجود ہوتے ہیں، جبکہ میگنیشیم، پوٹاشیم اور زنک جیسے معدنی نمکیات بھی اس کی غذائیت کا بنیادی حصہ ہیں۔

اپنی بے پناہ غذائیت کی وجہ سے یہ بہت سی بیماریوں سے بچاتا ہے۔ جیسا کہ

بڑھی ہوئی تلی کے لئے

جگر کے لئے پپیتا مفید ہے۔ یہ اس کی اصلاح کرتا ہے۔ جگر کا فعل درست نہ ہونے کے باعث چہرے پر سوجن ہو جاتی ہے، ایسی حالت میں بھی اس کا استعمال مفید ہے۔

معدے اور آنتوں کے لئے

یہ معدے کو تقویت دیتا ہے اور غذا ہضم کرنے میں موثر ہے۔ یہ تمام انہضام کی بیماریوں سے بھی بچاتا ہے اور معدے کو السر سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔ پپیتا آنتوں کی غلاظت دور کرکے قبض ختم کرتا ہے۔

پھیپھڑوں کے لئے مفید

پپیتے میں سوزش دور کرنے کی قدرتی صلاحیت موجود ہوتی ہے، اس لئے یہ پھیپھڑوں کی سوزش خصوصاً دمہ میں مفید ہے۔

جوڑوں کا درد

اپنی سوزش دور کرنے والی خصوصیات کی بناء پر ہی پپیتا جوڑوں کے درد میں بے حد فائدہ مند ہے۔

دل کے لئے

پپیتا دل کو تقویت دیتا ہے۔ اس میں موجود اینٹی آکسیڈنٹ اور وٹامنز شریانوں کو تنگی سے بچاتے ہیں اور دل کی دیگر بیماریوں سے تحفظ فراہم کرتے ہیں۔

گلے کی بیماریاں

یہ جسم کو قوت مدافعت فراہم کرتا ہے اور نزلہ زکام جیسے انفلوئنزا سے محفوظ رکھتا ہے۔

چھلکے

پپیتا گوشت گلانے کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔ یہی کام پپیتے کے چھلکے بھی بخوبی انجام دیتے ہیں۔ چھلکے اچھی طرح خشک کرلیں اور کوٹ کر سفوف بنالیں۔ سری پائے، بونگ یا سخت گوشت گلانے کے لئے ایک چمچ پاؤڈر پتے سالن میں ڈال دیں۔

پتے

ڈینگی بخار میں پپیتے کے پتوں کا رس پلیٹلیس کی تعداد بڑھا کر مریض کو تیزی سے شفایاب کرتا ہے۔ تحقیقات سے یہ بات ثابت ہوتی ہے کہ پپیتے کے پتوں کا رس ڈینگی میں مبتلا بہت سے مریضوں کی شفاء کا ذریعہ بنا ہے۔

پپیتے سے حسن افزائی

اس کے بیجوں میں موجود وٹامن جھریاں ختم کرنے میں بھی موثر ہیں۔ ان کا پیسٹ بطور ماسک بھی چہرے پر لگایا جاسکتا ہے۔

پپیتے کا گودا اور رس جلد کے لئے بے حد مفید ہیں، کیونکہ یہ قدرتی سن بلاک کا کام کرتا ہے اور شعاعوں سے ہونے والے سن برن کا خاتمہ کرتا ہے۔ کیل مہاسوں، دانوں اور چھائیوں سے بچاتا ہے اور ان کا علاج بھی کرتا ہے۔ اسی وجہ سے پپیتے کے اجزاء مختلف اسکن کیئر مصنوعات میں شامل کئے جاتے ہیں۔ ذیل میں ہم آپ کو پپیتے سے جلد کی شادابی کے چند ماسک بتارہے ہیں۔

1۔ ایک چمچ شہد میں ایک چمچ پپیتے کا رس ملا کر پندرہ منٹ تک یہ ماسک لگائیں، پھر چہرہ دھوئیں۔

2۔ دو چمچ پپیتے کا گودا، ایک چمچ ایلوویرا کا گودا اور آدھا چمچ زیتون کا تیل، آدھا چمچ لیموں کا رس مکس کرلیں۔ بیس منٹ تک یہ ماسک چہرے پر لگائیں، پھر دھولیں۔ یہ ماسک رنگت بھی نکھارتا ہے اور داغ دھبوں سے بھی بچاتا ہے۔

3۔ دو چمچ پپیتے کا گودا، ایک چمچ پسے ہوئے بادام اور ایک چمچ شہد ملا کر چہرے پر 6 سے 7 منٹ تک آہستگی سے مساج کریں۔ اس اسکرب سے جلد کے مردہ خلیات ختم ہوتے ہیں اور جلد کو غذائیت بھی ملتی ہے۔

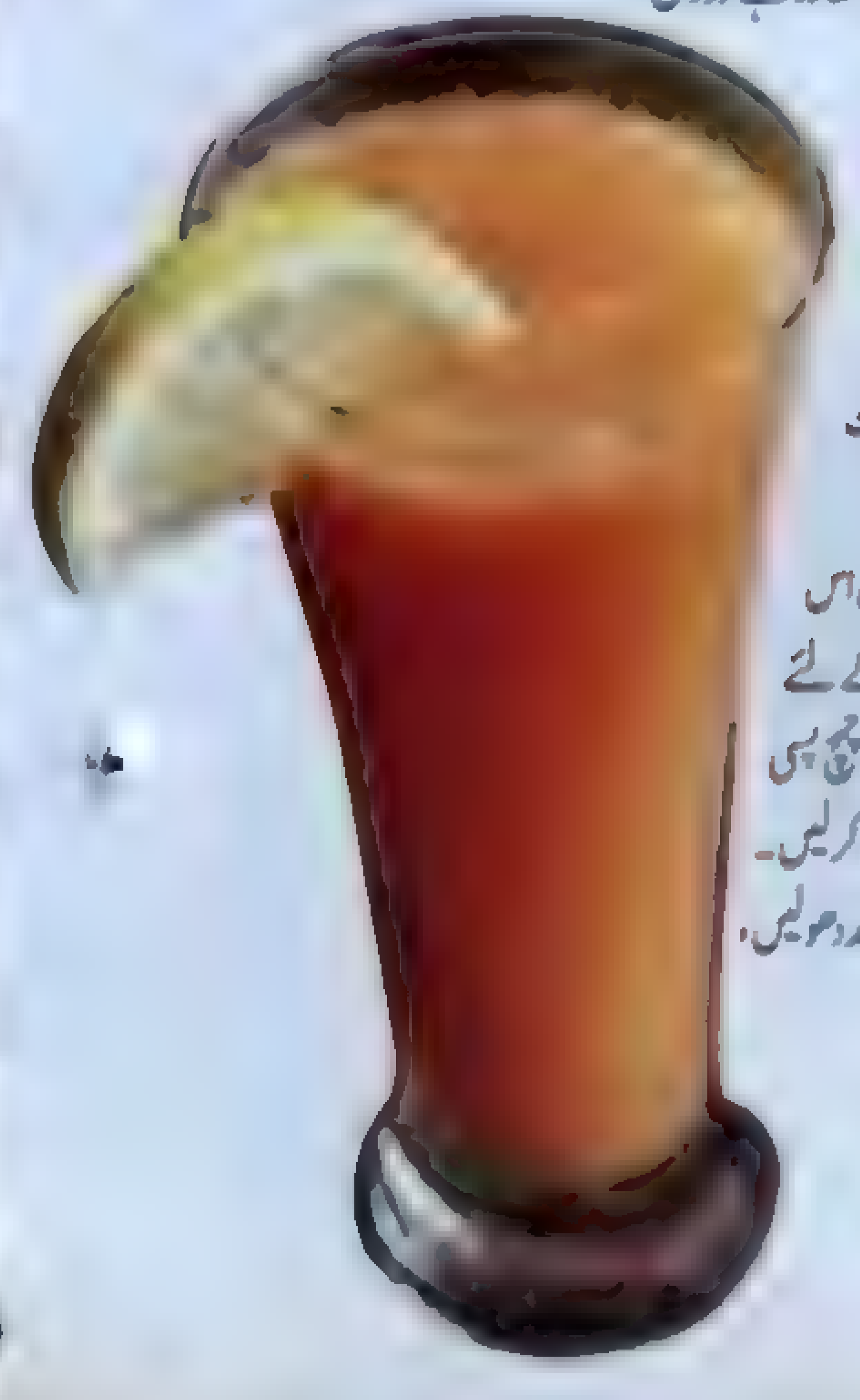
4۔ پکے ہوئے پپیتے کی قاش سے کلینزنگ کرلیں، اس سے جلد کی مجموعی صحت بہتر ہوتی ہے اور خلیات کی گہرائی تک صفائی بھی ہو جاتی ہے۔

5۔ بالوں کے لئے بھی پپیتا بے حد مفید ہے۔ اس لئے مختلف شیمپوز میں اس کے اجزاء استعمال کئے جاتے ہیں۔ خصوصاً خشکی اور سکری سے نجات کے لئے اس کا استعمال مفید ہے۔ ایک پیالی پکے ہوئے پپیتے کے گودے میں ایک چمچ پسی ہوئی سوکھی میتھی، ایک چمچ زیتون کا تیل اور ایک چمچ روزمیری کا تیل شامل کرلیں۔ اب اس پیسٹ سے سر کی جلد اور بالوں میں مساج کریں، آدھے گھنٹے بعد دھولیں، خشکی سے نجات میں بے حد موثر ہے۔

سوزش دور کرنے والی خصوصیات کی بناء پر ہی پپیتا دمہ اور جوڑوں کے درد میں بھی بے حد مفید ہے

سو گرام پپیتے میں شامل غذائی اجزاء

کاربوہائیڈریٹ	9.81gm
فائبر	1.8gm
کیلشیم	24mg
میگنیشیم	10mg
فاسفورس	5mg
پوٹاشیم	257mg
سوڈیم	3mg
آئرن	0.10mg
پروٹین	0.61g
فولیٹ	38mg
زنک	0.07mg
وٹامن A	I094IU
وٹامن C	61.8mg
وٹامن E	0.73mg
وٹامن K	2.6mg
وٹامن B1	0.04mg
وٹامن B2	0.05mg
وٹامن B3	0.338mg
وٹامن B6	0.1mg
بیٹا کیروٹین	276mg



فیس فریش
بیوٹی کریم
Fair Skin In
5 Days
FACE FRESH
بن جاؤ بیوٹی فل ... جھٹکے سے!
SHAHEEN
www.facefresh.com
Brands Award 2010

ڈائٹنگ میں بداحتیاطی کیسے چلے گی؟

اگر سرخ پلیٹ وزن گھٹادے تو کیا بات ہے!

اُمِ حیافاروقی

آپ کو یہ جان کر حیرت ہوگی کہ طبی ماہرین کہتے ہیں کہ "ڈائٹنگ میں تھوڑی بہت بداحتیاطی کرلینی چاہیے۔"

یقیناً ہم جاننا چاہیں گے کہ اس لچک کی وجہ کیا ہے؟

ماہرین کہتے ہیں کہ دو وقت کے کھانے کے درمیان کچھ نہ کچھ کھاتے رہنے کی عادت وزن میں کمی کو مشکل بنادیتی ہے اس لئے سودا سلف لاتے وقت خود پر سختی روا رکھنا چاہیے۔ خریداری کی فہرست سوچ سمجھ کر مرتب کرنی چاہیے۔

برلن (جرمنی) میں صارفین کے تحفظ کے لئے قائم کئے گئے گروپ سٹفنگ وارنسٹ کے مطابق ڈائٹنگ کرنے والے خواتین وحضرات کو سودا سلف لانے سے قبل اس بات کا فیصلہ کرلینا چاہیے کہ وہ کیا انتہائی ضروری اشیاء ہیں جن کی انہیں واقعی ضرورت ہے۔ اس کے بعد انہیں جس بات کا خیال رکھنا ہے وہ ہے کھانے کے ڈبوں پر درج ترکیبی اجزاء کا جائزہ، اس کا ضرور مشاہدہ کرلیں کہ ان میں سوڈیم کی مقدار تو زیادہ نہیں اگر ایسا ہے تو آپ کو باور کرلینا چاہیے کہ یہ مضرِ صحت ہے۔ اس کے استعمال سے وزن میں کمی کا خواب ادھورا رہ جائے گا۔ یہ کسی طور پر بھی مناسب انتخاب نہیں، آگے بڑھ جائیے۔

چند ماہرینِ غذائیت کے مطابق وزن کم کرنے کے خواہش مند افراد کو ڈائٹنگ کے دوران کبھی کبھی کھانے میں بداحتیاطی کی اجازت ہونی چاہیے ورنہ وہ جلد ہی بیزار اور مایوس ہوکر مناسب غذا لینے کی کوشش ترک کردیں گے۔ بھوک کی پیش بندی کے لئے ضروری ہے کہ دن میں ہر چار سے پانچ گھنٹے بعد معمول کے مطابق کھانا کھالیا جائے اس طرح خون میں موجود شکر کی سطح میں حد سے زیادہ کمی نہیں ہوگی۔ ان کے مطابق دن بھر لی جانے والی غذاؤں میں سلاد اور سبزیوں کو سرفہرست ہونا چاہیے۔ اس سے نہ صرف پیٹ بھرا رہتا ہے بلکہ بھوک بھی مٹتی ہے اور خون میں شکر کی کمی کی روک تھام بھی ہوتی ہے، اسی طرح جب ریستوران جائیں تو کوشش یہی ہونی چاہیے کہ کھانے کی ابتداء سلاد سے کریں اور اس کے بعد کم سے کم کیلوریز والی غذا لیں۔ سوپ کا آرڈر دیتے وقت خیال رکھیں کہ بہت زیادہ گاڑھا سوپ آرڈر نہ کیا جائے۔ ڈائٹنگ کرنے والے آلو بھی کھا سکتے ہیں اور کیلا بھی۔ چاول اور نوڈلز بھی کھائے جاسکتے ہیں، تو منہ کا ذائقہ ایک دو نوالے سے بدلتے رہنا ہرگز ایسی فاش غلطی نہیں جو کھیل کا پانسہ پلٹ کر رکھ دے۔

وزن کم کرنا ہو تو سرخ رنگ کی پلیٹ میں کھانا کھائیں

سائنس دانوں کا نیا دعویٰ سامنے آیا ہے کہ اگر آپ سنجیدگی سے وزن کم کرنے کا مشن رکھتے ہیں تو سرخ رنگ کی پلیٹ میں کھانا کھائیں یا کوئی مشروب لینا چاہیں تو وہ بھی سرخ رنگ کے کپ میں لیں اس طرح کم از کم 40 فیصد بہتر نتائج کی توقع کی جاسکتی ہے۔ یہ تحقیق جرمنی اور سوئس اکیڈمیز میں ہوئی اور مطالعوں سے پتا چلا ہے کہ سرخ رنگ کی ہمہ گیری جہاں جوش اور ولولے کی غمازی کرتی ہے، وہیں خطرات اور ٹھہر جانے کی علامتی پیش بندی بھی کرتی ہے۔ ماہرین نے حکومتوں کو تجویز پیش کی ہے کہ تمام غیر مفید غذاؤں کی پیکنگ میں سرخ رنگ کا استعمال بڑھادیں تاکہ عوام الناس میں مفید اور غیر مفید غذاؤں کا شعور بیدار ہو۔ مغربی ملکوں میں الکحل کے استعمال کے رجحان کو روکنے کے لئے بھی سرخ رنگ کا استعمال بڑھایا جارہا ہے۔ اس تجربے میں 41 طلباء کو سرخ رنگ کی پیالیوں میں چائے پیش کی گئی قدرتی طور پر کوئی بھی طالب علم پوری پیالی ختم نہ کرسکا اس طرح ایک دوسرے مطالعے میں 109 افراد کو سرخ، نیلے اور سفید رنگوں میں کھانے پیش کئے گئے۔ ان لوگوں نے بھی سرخ رنگ کی پلیٹوں کو مکمل طور پر صاف نہیں کیا۔ رنگ کے نفسیاتی اثر سے مغلوب ہوکر کھانے کی اشتہا کم سے کم ہوتی چلی گئی۔ یعنی سرخ رنگ کی پلیٹ ایک خاموش ڈائٹیشن ہے جو انسان نہیں اور نہ ہی قوت گویائی ہی رکھتی ہے لیکن خاموشی سے اپنا کام کرتی چلی جاتی ہے۔ جب کھانا سامنے رکھا رہے اور کھانے کو جی نہ چاہے تو اس کا مطلب صاف ظاہر ہے کہ ایک تو یہ اس رنگ کی کرامات ہیں اور دوسرے اب وزن پر قابو پانے کی انوکھی تدبیر بھی سمجھ میں آگئی ہے۔

> گویا اس رنگ کی ہمہ گیری جہاں ولولے کی غمازی کرتی ہے وہیں ٹھہر جانے کی علامتی پیش بندی بھی کرتی ہے

Enjoy Nature's Breakfast
...just add milk
Weetabix Wholegrain Breakfast.
Rich in all the nutrients required to provide energy for an active and healthy lifestyle, Weetabix is the ideal start to the day and contains all the goodness of wholegrain wheat. Try Weetabix. It's the easy way to health and well being.
95% Whole Grain
High in Fibre
Rich in Vitamins & Iron
Weetabix
Original
430g
More info at www.lifewithweetabix.com

ہم کچّی غذا ہی کیوں کھائیں؟

کیونکہ یہ ہے کثافتوں، مصنوعی فلیورز، رنگوں سے پاک اور صحت بخش بھی

سحر حسن

کچی غذا کھانا خاصا صحت مندانہ قدم ہے۔ آج ہم اس کے فائدہ مند ہونے کے بارے میں لاعلم نہیں۔ ہم جانتے ہیں کہ کچی اور تازہ غذا ہمیں تندرست و توانا رکھنے کے لئے بہترین ہے، اسے بغیر پکائے آسانی سے کھایا جاسکتا ہے جبکہ پکا کر کھائی جانے والی غذاؤں کو104 سے118 ڈگری فارن ہائیٹ کے درجۂ حرارت پر پکانا موزوں ہے، اس سے زیادہ حرارت سے اہم غذائی اجزاء اپنی افادیت کھو بیٹھتے ہیں۔ دیر تک پکاتے رہنے سے غذا میں شامل قدرتی خامروں کے خواص میں تبدیلی رونما ہو جاتی ہے۔ قدرتی غذا پر تحقیق کرنے والے ماہرین کا کہنا ہے کہ خامرے دراصل غذا کی لائف فورس ہیں، یہ غذا کو ہضم اور جذب کرنے میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔ اگر ہم غذا کو زیادہ پکا لیتے ہیں تو خامروں کی کارکردگی متاثر ہو جاتی ہے اور جسم کھائی جانے والی غذا سے بھرپور توانائی حاصل نہیں کر پاتا۔ جبکہ ہمارا جسم جو سارا دن کام کاج میں مصروف رہتا ہے اسے قدرے زیادہ توانائی کی ضرورت ہے۔ غذا میں خامروں کی کمی کے سبب نظام انہضام کے مسائل، اہم غذائی اجزاء کی قلت، وقت سے پہلے بڑھاپے کو دعوت دینے اور وزن بڑھ جانے جیسی پیچیدگیاں سامنے آنے لگتی ہیں۔

یہ طے ہے کہ پکا کر استعمال کیے جانے والا کھانا اپنی غذائی افادیت کھو دیتا ہے۔ مثال کے طور پر بروکولی میں کینسر سے لڑنے والے مرکبات پائے جاتے ہیں، جب اسے زیادہ دیر تک پکایا جائے گا تو sulforahanes لازماً کم ہو جائیں گے۔ یعنی آپ بروکولی تو کھا رہے ہیں لیکن اس کی اثر انگیزی ویسی نہیں رہے گی جو آپ کے لئے افادیت سے بھرپور ثابت ہوتی۔ اسی طرح سے بعض وٹامن مثلاً وٹامن C اور folate بھی گرمی کے باعث اپنی خصوصیات برقرار نہیں رکھ پاتے۔ اس کے برعکس کچھ غذائیں پکانے کے بعد پہلے سے زیادہ صحت بخش ہو جاتی ہیں، جیسے کہ پکا کر کھائے جانے

والے ٹماٹر کچے ٹماٹروں کے مقابلے میں تین سے چار گنا زیادہ lycopene پر مشتمل ہو جاتے ہیں۔

کوکنگ کے دوران کھانوں کو زیادہ بھوننا نقصان دہ مرکبات مثلاً glycation مصنوعات اور heterocyclic amines وغیرہ کی تشکیل کو فروغ دیتا ہے۔

اسے کھانے کا تناسب کیا ہے؟

لوگ کچی غذا مختلف طریقوں سے کھانے کی پیروی کرتے چلے آرہے ہیں، اس معاملے میں سبزی خور افراد کا تناسب زیادہ نظر آتا ہے۔ ایسا بھی ہوسکتا ہے کہ انہیں بچپن سے ہی کچی سبزیاں کھانے کی عادت پڑ گئی ہو۔ بچے اپنے بڑوں کو جو کچھ کھاتے دیکھتے ہیں عموماً وہ چیزیں عمر بھر شوق سے کھاتے ہیں۔ ہمارے ہاں موسمی سبزیاں کچی کھانے کی روایت عام ہے۔ عموماً ہمارے گھر کے فرج میں ایسی سبزیاں بھی رکھی ہوتی ہیں جنہیں کچا کھایا جاتا ہے، جیسے گاجر، ٹماٹر، مولی، کھیرا، چقندر وغیرہ۔ اسی طرح ہمارے گھروں میں خالص دودھ اور اس سے بنایا جانے والا مکھن، لسی اور پنیر شوق سے استعمال کیا جاتا ہے۔ ایک اندازے کے مطابق دنیا بھر میں 70 فیصد کچی غذا استعمال کی جاتی ہے۔ لوگوں میں صاف ستھری، تر و تازہ، صحت بخش detox diets استعمال کرنے کا شعور دن بدن بڑھ رہا ہے۔ عام طور پر وہ 3 سے 21 دن تک ڈیٹوکس ڈائٹ لیتے ہیں اور پھر وہ کچی خوراک کی طرف آجاتے ہیں۔ اسے روزمرہ خوراک کو بہتر سے بہتر بنانے کی کوشش کہا جا رہا ہے۔

کچی دالوں، پھلیوں، خشک میووں اور بیجوں میں موجود اہم خامرے زیادہ پکانے سے ضائع ہو جاتے ہیں، اسی لئے دالیں اور پھلیاں ہمیشہ کم سے کم پکائی جائیں۔ خشک میوے، چہار مغز اور ناریل ہمارے ہاں منجیری میں لازماً ڈالے جاتے ہیں، انہیں بھی ہلکی آنچ پر کم سے کم بھونا جائے تاکہ ان میں موجود خامروں کے خواص زائل نہ ہوں۔ اسی طرح سے میٹھا بناتے ہوئے میوے کچے استعمال کرنا زیادہ بہتر ہے۔ مونگ پھلی ہم ریت میں ہلکی سی بھون کر کھاتے ہیں۔ غذا میں موجود توانائی بخش اجزاء کو بچانے کے لئے ضروری ہے کہ اسے118 ڈگری فارن ہائیٹ سے زیادہ حرارت پر نہ پکایا جائے۔ اس کے لئے آپ dehydrator استعمال کر سکتے ہیں۔ یہ sundrying کا متبادل طریقہ ہے۔ اس کا container آپ کو بہت ہی کم درجۂ حرارت پر پکانے کی سہولت مہیا کرے گا۔ مکئی اور چنے ہم کچے کھاتے ہیں لیکن soy beans, kidney beans وغیرہ کچے نہیں کھائے جاتے۔

کچی غذا کو اس لئے بھی محفوظ اور غذائیت سے بھرپور سمجھا جاتا ہے کیونکہ اس میں کسی

> خام غذا کھانے والے طویل عمر تک صحت مند، پھرتیلے، ہشاش بشاش نظر آتے ہیں، ان کی جلد پر ایک خاص چمک نمایاں ہوتی ہے

قسم کی کثافتیں شامل نہیں، یہ دراصل خام غذا ہے۔ ایک اور اہم بات یہ بھی ہے کہ اس میں غذا کو بہتر سے بہتر ذائقہ دینے کے لئے استعمال کیے جانے والے مصنوعی فلیورز اور رنگ بھی شامل نہیں ہوتے۔

جو لوگ کچی غذائیں کھاتے ہیں وہ طویل عمر تک صحت مند اور پھرتیلے نظر آتے ہیں، ان کے چہرے ہشاش بشاش نظر آتے ہیں، جلد پر ایک مخصوص چمک نمایاں ہوتی ہے، ان کا وزن نہیں بڑھتا، وہ مختلف بیماریوں کے خطرات سے محفوظ رہتے ہیں۔ اس میں سوڈیم اور شکر زیادہ نہیں ہوتی۔ تاہم یہ پوٹاشیم، میگنیشیم، فولیٹ، فائبر، وٹامن A اور صحت کو فروغ دینے والے اینٹی آکسیڈینٹس سے بھرپور ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں یہ دل کی بیماریوں ذیابیطس اور کینسر جیسی بیماریوں کا خطرہ کم کرتی ہے۔ ایک نیوٹریشن جرنل میں شائع ہونے والے ایک مضمون کے مطالعے سے پتا چلا ہے کہ کچا کھانا پلازما سے کولیسٹرول اور ٹرائی گلیسرائیڈ کی تعداد کو کم کر دیتا ہے۔

سلاد میں استعمال ہونے والی سبزیوں (گاجر، کھیرا، شملہ مرچ، بند گوبھی وغیرہ) کو کاٹ کر ملائیں اور ان پر ڈالڈا اولیو آئل چھڑک لیں۔ یہ سلاد آپ کو ذائقے کے ساتھ بھرپور غذائیت بھی مہیا کرے گا۔

Mom on line سے پوچھئے

نئی ماؤں کے لئے ویب سائٹس کی سہولتیں موجود ہیں

شاہین ملک

ماں بننا ایک اچھوتے اور جذباتی تجربے کی بناء پر زندگی بھر یادر رہتا ہے۔ زچگی کے اس پورے عرصے میں خوشی، سنسنی، حیرت اور خدشات کے ملے جلے تاثرات غالب رہتے ہیں۔ نئی ماؤں کو پہلی اولاد کی خوشی ملتے ہی مختلف روایتی اور ثقافتی پہلوؤں سے مشورے اور ہدایات ملنا شروع ہو جاتی ہیں۔ مائیں ان دنوں بہت حساس بھی ہو جاتی ہیں اور خاص کر مشترکہ خاندانی نظام میں رہنے والے کنبوں کو پیار بھرے جذباتی دباؤ کا سامنا بھی کرنا پڑتا ہے۔ ان ہدایتوں اور مشوروں میں بڑی اور بزرگ خواتین کی محبتیں اور شفقتیں شامل حال رہتی ہیں اور وہ ہر قسم کی الجھنوں اور پیچیدگیوں سے بہو بیٹیوں کو محفوظ رکھنا چاہتی ہیں۔

جدید ٹیکنالوجی کے اس دور میں خواتین زچگی کے پورے مراحل میں تجربے کار خواتین کے ٹوٹکوں کے علاوہ انٹرنیٹ سے بھی مدد لیتی ہیں۔ طبی اصطلاح میں زچگی کی اس امید و بیم کی کیفیت کو dilemma کہا جاتا ہے۔ ماؤں کو ہر بات ڈاکٹر سے پوچھنی چاہئے یا نہیں، کیا ولادت سے متعلق کتابیں پڑھ لینا کافی ہے؟ یا ساس، نندوں، بھابیوں اور دوسری شادی شدہ خواتین کے تجربوں سے مستفید ہونا بہتر ہے؟ ذہن میں کئی سوالات ہوتے ہیں، کچھ سوالات کو شرم اور لحاظ کی وجہ سے نہیں پوچھا جاسکتا۔ کچھ لاعلمی کی بناء پر تشنۂ لب رہ جاتے ہیں، لیکن انٹرنیٹ ایسا ذریعہ ہے جہاں دنیا بھر کی خواتین کو کئی امور میں مشاورت مل جاتی ہے۔ ذیل میں ہم چند ویب سائٹس کا حوالہ دے رہے ہیں، جن کی مدد سے آپ گھر بیٹھے انٹرنیٹ کی سہولت کی موجودگی سے فائدہ اٹھاتے ہوئے بلامعاوضہ ایسی tips اور ہدایات حاصل کرسکتی ہیں۔ جس کے بعد آپ ذہن میں آنے والے سوالات یا معلومات سمجھنے کے لئے اپنی ڈاکٹر سے تصدیق کرسکتی ہیں۔

> ذہن میں کئی سوالات ہوتے ہیں، کچھ لحاظ کی وجہ سے نہیں پوچھے جاتے جبکہ کچھ لاعلمی کی بناء پر تشنۂ لب رہ جاتے ہیں

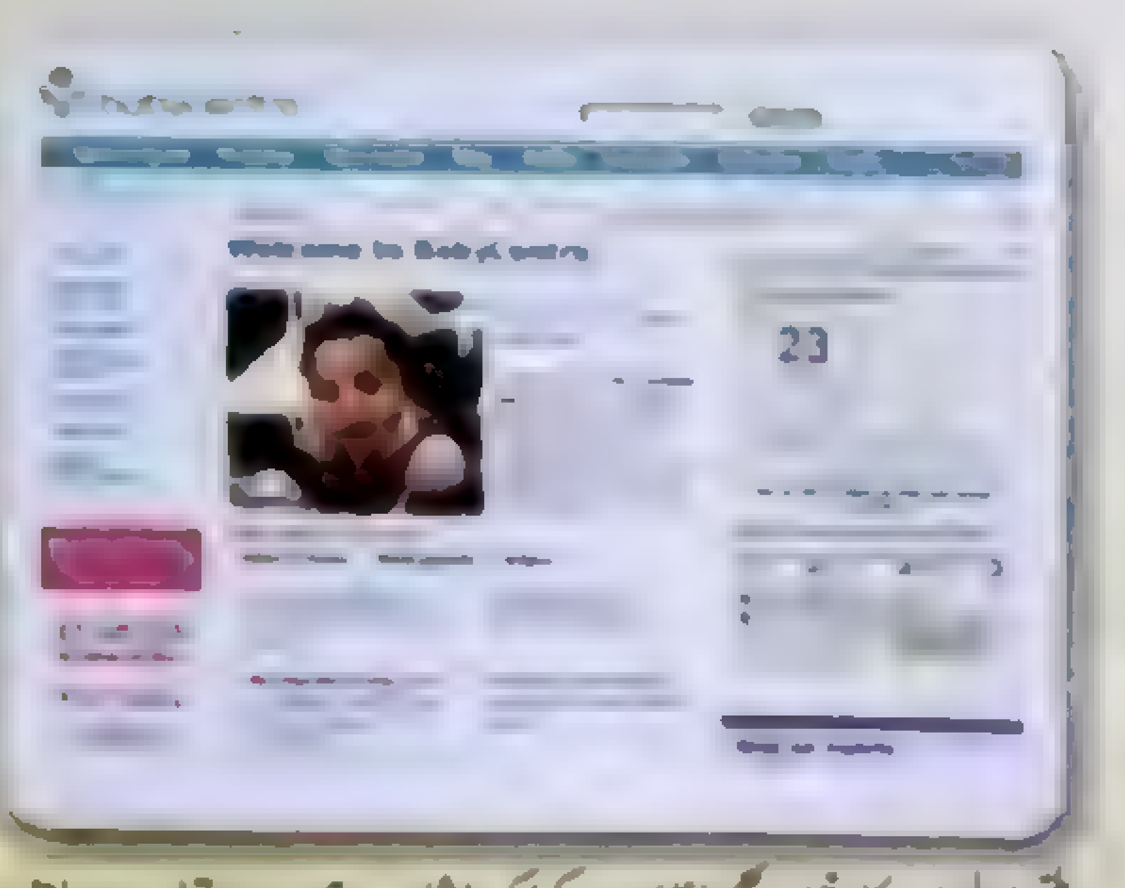
1- Justmomies.com

اس ویب سائٹ میں ماؤں کو روزانہ کا مینیو چارٹ، رحم میں ہونے والی تبدیلیوں سے متعلق کیلنڈر اور بچے کی بڑھوتری سے متعلق ضروری معلومات دستیاب ہوجاتی ہیں۔ ڈلیوری کے بعد ماؤں کو کیسے تازہ دم نظر آنا چاہئے،

یہ ویب سائٹ قدم قدم پر ان کی رہنمائی کرتی ہے۔

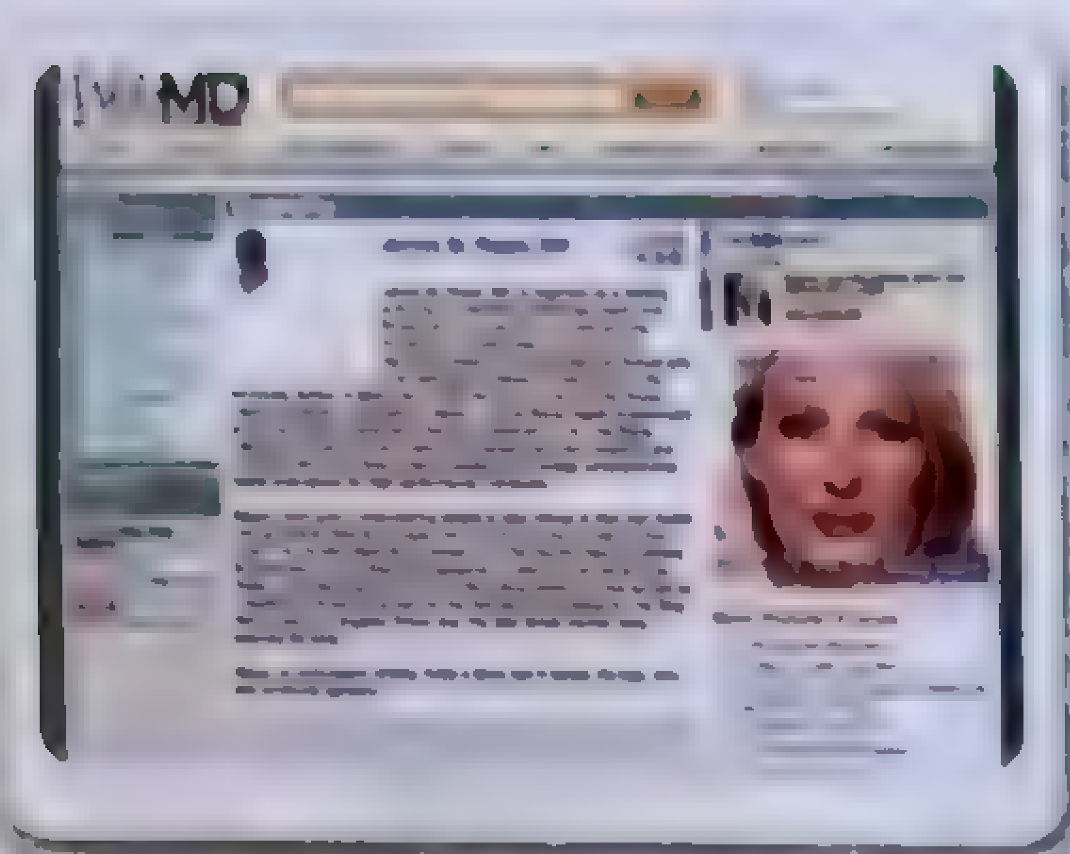
2- BabyCenter.com

اس ویب سائٹ میں اپنے سوالات ای میل کرنے کی سہولت موجود ہے۔ علاوہ ازیں وڈیوز، سلائیڈ شوز اور مذاکروں کی مدد سے نئی ماؤں کی بالخصوص رہنمائی کی جاتی ہے۔ ماں اور بچے کی مکمل تندرستی اور جذباتی زندگی کے اتار چڑھاؤ سے متعلق واقعات کو لے کر مشورے دیے جاتے ہیں۔ جدید



طبی معلومات کا یہ خزینہ بھی انٹرنیٹ کے ایک اشارے ہی سے دستیاب ہوجاتا ہے۔

3- WebMD.com

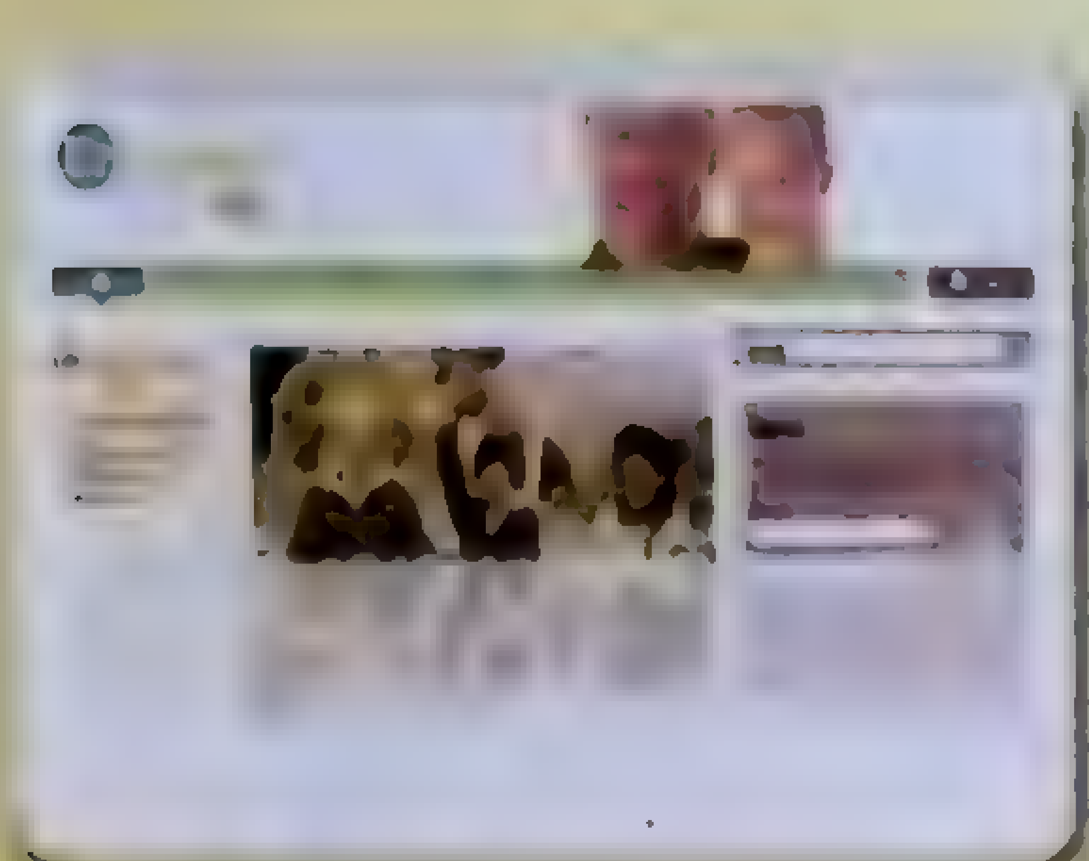


نومولود بچے کی صفائی ستھرائی، غذا، سونے جاگنے کی معلومات اور بیمار ہوجانے کی صورت میں اخلاقی مددگار ویب سائٹ ہے۔ اگر آپ پرنٹ نکلوا کر پڑھنا چاہئیں تو زیادہ بہتر ہے۔ اس میں کچھ جگہوں پر علاج معالجے کے ضمن میں جن ادویات کا حوالہ دیا گیا ہے اسے ہرگز خود علاجی کے طور پر نہ استعمال کریں۔ اپنے بچے کے ماہر ڈاکٹر سے شکایات کا ذکر کریں اور اسی کی تجویز کردہ ادویات کا استعمال کروائیں۔ ویب سائٹ میں ان ادویات کے ضمنی اثرات کا حوالہ بھی دیا گیا ہے۔ خدانخواستہ بچے کی طبیعت زیادہ خراب ہونے کی صورت میں خواتین پریشان ہوکر اسے فوری حل تصور نہ کرلیں، بہتر ہے کہ ڈاکٹر سے بالمشافہ ملاقات کرکے بچے کا معائنہ کروالیا جائے۔

4- AskDrWarren.com

اگر آپ کا نومولود بچہ حد سے زیادہ کمزور ہے اس کا رنگ زردی مائل ہوچکا ہے اور پیدائشی طور پر کم وزن بچہ ہے اور بہت زیادہ روتا ہے تو اسے نظربد یا کالے جادو کے اثر کا نتیجہ نہ سمجھیں۔ بچے کو کچھ انفیکشنز ہوسکتے ہیں۔ Dr Warren بچوں کی بیماریوں سے مکمل آگاہی رکھتے ہیں۔ والدین میں سے کوئی بھی ان سے ویب سائٹ پر رابطہ کرسکتا ہے اور بچے کے عمومی رویئے اور صحت کے مسائل سے متعلق سوالات پوچھ سکتا ہے۔

5- DrGreene.com



ماں اور بچے کی صحت اور بقاء کے ضمن میں پیش آنے والی رکاوٹوں کی وجوہ معلوم کرنا چاہیں تو اس ویب سائٹ پر جائیں، جہاں ماں بننے والی خاتون کی جلد صحت سے لے کر پوسٹ پارٹم، ڈپریشن اور دوسری بیماریوں کا تفصیل سے جائزہ لیا گیا ہے۔ یوں تو وقت پڑنے پر قدرت والدین کی تربیت کردیتی ہے۔ کوئی بھی جدید ویب سائٹ ہماری بزرگ خواتین کا نعم البدل تو نہیں ہوسکتی۔ جس دور میں یہ تکنیکی سہولیات موجود نہیں تھیں، جب سے اب تک ہماری کئی نسلیں انہی بزرگوں کے تجربوں، مشوروں اور رہنمائی کی روشنی میں پروان چڑھیں۔ جدید معلومات پرانی کسی غلطی کی تصحیح میں معاونت کرسکتی ہے اور ہمیں آئندہ کے لئے محتاط کرسکتی ہے۔ لہٰذا ان معلوماتی ویب سائٹس کو رہنمائی کے لئے دیکھا جاسکتا ہے۔ ان پر پیش کیا جانے والا نظریاتی علم، طبی ماہرین اور تجربے کار بزرگوں کا نعم البدل نہیں، یہ صرف تجاویز مہیا کرتا ہے۔

ریڈرز کلب

ڈالڈا ایڈوائزری سروس اپنے معزز قارئین کی دلچسپی کے پیش نظر ڈالڈا کا دسترخوان ریڈرز کلب متعارف کروا رہے ہیں۔

کلب کی ممبر شپ حاصل کرنے پر آپ وقتاً فوقتاً درج ذیل آفرز سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔

- ڈالڈا ایڈوائزری سروس کی جانب سے منعقد کی جانے والی ورکشاپس اور کوکنگ کلاسز میں شرکت کے لئے اسپیشل ڈسکاؤنٹ پاسز
- ڈالڈا کی مصنوعات کی خریداری پر خصوصی آفر
- اس کے ساتھ ساتھ مہارت، سلیقہ اور تخلیقی صلاحیتوں کو بروئے کار لانے کے شاندار مواقع

ڈالڈا کا دسترخوان ریڈرز کلب کی فری ممبر شپ حاصل کرنے کے لئے رجسٹریشن فارم کو پُر کر کے پی او بکس نمبر 3660 کراچی پر روانہ کیجئے۔

ڈالڈا کا دسترخوان

ریڈرز کلب رجسٹریشن فارم

Name: نام ______________________ Age: عمر ________

Phone Number: فون نمبر ______________ Mobile Number: موبائل نمبر ______________

Complete Address: مکمل پتہ ______________________________

City: شہر کا نام ______________ Email: ای میل ______________

Marital status: شادی شدہ / غیر شادی شدہ ______________ Profession: پیشہ ______________

Which Banaspati/Cooking oil & packaging do you use? بناسپتی / کوکنگ آئل کا کونسا برانڈ اور پیکنگ استعمال کرتی ہیں ______________

How long have you been reading Dalda ka Dastarkhwan? ڈالڈا کا دسترخوان کتنے عرصے سے پڑھ رہی ہیں ______________

ڈالڈا ایڈوائزری سروس

فون (ٹول فری): 0800-32532، پتہ: P.O.Box 3660، کراچی، پاکستان
ای میل: dalda.advisory@daldafoods.com، ویب سائٹ: www.daldafoods.com

ماہ رمضان کی زینت

سحری کی تیاری میں ہر گھر سے اٹھتی پراٹھوں کی سوندھی خوشبو ایک سماں باندھ دیتی ہے۔ افطار میں دہی بڑے اور پکوڑوں کی خوشبو، گرم گرم رول، سموسے اور قسم قسم کے پکوانوں کی مہک روزہ دار کو اپنی طرف کھینچتی ہے۔ یہ تمام پکوان اگر صحت بخش اور قدرتی غذائیت سے بھرپور ڈالڈا کوکنگ آئل میں بنے ہوں تو ماہِ رمضان میں سحری اور افطاری کا لطف دوبالا ہو جاتا ہے۔

چیز سموسے

کاٹیج چیز	ایک پیالی
بند گوبھی (باریک کٹی ہوئی)	آدھی پیالی
نمک	حسب ذائقہ
لہسن (باریک کٹا ہوا)	دو جوئے
بادام (باریک کٹے ہوئے)	چھ سے آٹھ عدد
کالی مرچیں پسی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ہری مرچیں (باریک کٹی ہوئی)	دو سے تین عدد
ہرادھنیا (باریک کٹا ہوا)	آدھی گٹھی
لیموں کا رس	دو کھانے کے چمچ
میدہ	دو پیالی
مارجرین یا مکھن	دو کھانے کے چمچ
ڈالڈا کوکنگ آئل	حسب ضرورت

ترکیب

- تمام اجزاء کو اچھی طرح ملا کر کچھ دیر کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ میدے میں مارجرین یا مکھن ملا کر ٹھنڈے پانی سے گوندھ لیں
- چھوٹی چھوٹی پوریاں بیل کر پٹیوں میں یہ مکسچر بھر دیں اور انھیں اچھی طرح بند کر دیں۔ دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- کڑاہی میں ڈالڈا کوکنگ آئل کو درمیانی آنچ پر تین سے چار منٹ گرم کر کے سموسوں کو سنہرے فرائی کر لیں۔

سموسے

اجزاء :

چکن کا قیمہ	200 گرام	پیاز (باریک کٹی ہوئی)	دو عدد درمیانی	ہرادھنیا (باریک کٹا ہوا)	ایک گٹھی
نمک	حسب ذائقہ	لال مرچ پسی ہوئی	ایک چائے کا چمچ	سموسے کی پٹیاں	دس سے بارہ عدد
ادرک لہسن پسا ہوا	ایک کھانے کا چمچ	ہری مرچ (باریک کٹی ہوئی)	تین سے چار عدد	ڈالڈا کوکنگ آئل	حسب ضرورت

ترکیب :

- پین میں ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا کوکنگ آئل ڈال کر گرم کریں پھر اس میں قیمہ، ادرک لہسن، کالی مرچ اور لال مرچ ڈال کر اتنی دیر پکائیں کہ قیمے کا پانی خشک ہو جائے
- اس میں پیاز، ہری مرچیں اور ہرادھنیا ڈال کر چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈا کر لیں
- پٹیوں سے سموسے بنا کر یہ قیمہ بھر لیں اور اچھی طرح لئی کی مدد سے بند کر دیں
- دس سے پندرہ منٹ فریج میں رکھ دیں۔ پھر ڈالڈا کوکنگ آئل میں ڈیپ فرائی کر لیں

کبابی پراٹھا

اجزاء:

قیمہ	آدھا کلو	چینی	ایک کھانے کا چمچ	پپیتا	دو کھانے کے چمچ
آٹا	دو پیالی	پیاز	ایک عدد درمیانی	بھنے ہوئے چنے	چار کھانے کے چمچ
میدہ	آدھی پیالی	تلی ہوئی پیاز	آدھی پیالی	خشخاش	دو کھانے کے چمچ
سوجی	آدھی پیالی	پسی ہوئی لال مرچ	ایک کھانے کا چمچ	ہرا دھنیا	دو کھانے کے چمچ
ادرک لہسن پسا ہوا	ایک کھانے کا چمچ	سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ	پودینہ	دو کھانے کے چمچ
نمک	حسب ذائقہ	گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچ	ہری مرچیں	دو سے تین عدد
انڈا	ایک عدد	دہی	آدھی پیالی	ڈالڈا VTF بناسپتی	حسب ضرورت

ترکیب:

- قیمے کو ادرک لہسن، نمک، لال مرچ، تلی ہوئی پیاز، پسی ہوئی خشخاش، چنے، پپیتا، کچی پیاز اور دہی کے ساتھ میرینیٹ کر کے دو گھنٹے کے لئے رکھ دیں۔ پھر قیمے کے درمیان میں گرم کوئلہ رکھ کر ایک کھانے کا چمچ ڈالڈا VTF بناسپتی ڈالیں اور ڈھک کر پندرہ سے بیس منٹ کے لئے رکھ دیں
- کوئلے کو نکال کر قیمے کو ہلکی آنچ پر اتنی دیر پکائیں کہ اس کا پانی خشک ہو جائے تو اچھی طرح بھون کر چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈا کر کے پیس لیں۔
- آٹے میں میدہ، سوجی، انڈا، نمک، چینی اور دو کھانے کے چمچ ڈالڈا VTF بناسپتی ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور ٹھنڈے پانی کی مدد سے گوندھ لیں۔
- آٹے کو دس سے پندرہ منٹ رکھ کر اس کے پیڑے بنالیں اور ہر پیڑے کے درمیان میں دو کھانے کے چمچ پسا ہوا قیمہ رکھ کر بند کر دیں، پھر ہلکے ہاتھ سے بیلیں اور ڈالڈا VTF بناسپتی ڈالتے ہوئے فرائی کریں

پریزنٹیشن: لہسن کی چٹنی یا حسب پسند چٹنی کے ساتھ ناشتے میں یا سحری پر پیش کریں۔

مرغ بھیل پوری

اجزاء:

ہری مرچیں	دو سے تین عدد	پیاز	تین عدد درمیانی
ہرا دھنیا	آدھی گٹھی	دہی	دو کھانے کے چمچ
مرمرے	ایک پیالی	کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
سیو	ایک پیالی	سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچ
املی کی چٹنی	آدھی پیالی	ڈالڈا کنولا آئل	حسب ضرورت
ناریل کی چٹنی	آدھی پیالی		
چکن بریسٹ	آدھا کلو		
نمک	حسب ذائقہ		
لہسن کے جوئے	تین عدد		

ترکیب:

- دہی میں دو کھانے کے چمچ ڈالڈا کنولا آئل اور اس میں پسا ہوا مصالحہ، نمک اور لال مرچیں شامل کر دیں اور چکن کو اس مصالحے سے میرینیٹ کر لیں
- فرائنگ پین میں اسے چار سے پانچ منٹ تیز آنچ پر فرائی کریں پھر ڈھک کر ہلکی آنچ پر اتنی دیر پکائیں کہ چکن کا پانی خشک ہو کر گل جائے
- املی کی چٹنی بنانے کے لئے، ایک پیالی املی کا گودا لے کر اس میں آدھی پیالی گڑ، نمک، آدھا چائے کا چمچ کٹی ہوئی لال مرچ اور آدھا چائے کا چمچ بھنا ہوا زیرہ ڈالیں۔ ہلکی آنچ پر اتنی دیر پکائیں کہ وہ گاڑھی سی چٹنی بن جائے
- ناریل کی چٹنی بنانے کے لئے، آدھی پیالی پسا ہوا ناریل، دو سے تین ہری مرچیں، آدھی گٹھی ہرا دھنیا اور دو جوئے لہسن کو نمک اور چار کھانے کے چمچ لیموں کا رس ڈالتے ہوئے پیس لیں

پریزنٹیشن

پیاز، باریک چوپ کر لیں فرائی کی ہوئی چکن کی بوٹیوں کو پھیلا کر ڈش میں رکھیں اور اس پر پیاز، باریک کٹا ہوا ہرا دھنیا، ہری مرچیں اور دو کھانے کے چمچ دونوں طرح کی چٹنیاں ڈالیں۔ پھر اوپر سے مرمرے اور سیو ڈالیں اور دوبارہ سے پیاز، ہرا مصالحہ اور چٹنیاں ڈال دیں۔ افطار یا چائے کے وقت اس منفرد بھیل پوری کا لطف اٹھائیں۔

پکوڑے ہی پکوڑے

اجزاء:

گول بینگن	ایک عدد
پالک	حسب ضرورت
آلو	دو سے تین عدد
پیاز	دو عدد درمیانی
بیسن	دو پیالی
میدہ	ایک پیالی
کارن فلار	دو کھانے کے چمچ
نمک	حسب ذائقہ
سفید زیرہ	ایک کھانے کا چمچ
ثابت دھنیا	ایک کھانے کا چمچ
اجوائن	آدھا چائے کا چمچ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچ
کالی مرچ گدری پسی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
انڈا	ایک عدد
ہری مرچیں	دو سے تین عدد
ہرا دھنیا	آدھی گٹھی
لیموں کا رس	دو سے تین کھانے کے چمچ
میٹھا سوڈا	چٹکی بھر
ڈالڈا کوکنگ آئل	حسب ضرورت

ترکیب:

- بینگن کے آدھا انچ موٹے قتلے کاٹ کر نمک ملے ٹھنڈے پانی میں رکھ دیں، پالک کے پتے ڈنٹھل کاٹ کر دھو کر رکھ لیں۔
  پیاز کو چھیل کر اس کے لچھے علیحدہ کرلیں، دھنیا، زیرہ اور اجوائن کو بھون کر کوٹ کر رکھ لیں
- آلوؤں کو ابال کر میش کرلیں اور اس میں باریک کٹی ہوئی ہری مرچیں، ہرا دھنیا، نمک، آدھا چائے کا چمچ کالی مرچ، ایک چائے کا چمچ کٹا ہوا مصالحہ، اور لیموں کا رس ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور اس کے چھوٹے چھوٹے گولے بنا کر رکھ لیں
- بیسن میں نمک، لال مرچ، کٹا ہوا مصالحہ اور سوڈا ڈال کر اچھی طرح ملائیں اور تھوڑا تھوڑا پانی ڈالتے ہوئے گاڑھا سا پیسٹ بنالیں۔
  اسے ڈھک کر بیس سے پچیس منٹ کے لئے گرم جگہ پر رکھ دیں
- میدے میں کارن فلار، نمک، کالی مرچ ڈال کر ملائیں۔ انڈے میں تین سے چار چمچ ٹھنڈا پانی ڈال کر پھینٹ لیں اور اسے میدے میں ڈال کر آمیزہ تیار کرلیں
- کڑاہی میں ڈالڈا کوکنگ آئل کو درمیانی آنچ پر تین سے چار منٹ گرم کریں، آلو کے گولے، پالک کے پتے اور بینگن کے قتلوں کو بیسن کے آمیزے میں لتھیڑ کر فرائی کرلیں اور پیاز کے لچھوں کو میدے میں ڈپ کر کے سنہرے فرائی کریں

پریزینٹیشن:

اس مرتبہ رمضان میں ان مختلف اور مزیدار پکوڑوں کے ساتھ افطار کا مزہ لیں۔

گھوتاب (ایرانی مٹھائی)

اجزاء

میدہ	دو پیالی	بادام	دو پیالی
انڈے کی زردی	دو عدد	چینی	ایک پیالی
دہی	ایک پیالی	چھوٹی الائچی	ایک چائے کا چمچ
بیکنگ پاؤڈر	ایک چائے کا چمچ	ڈالڈا کوکنگ آئل	حسب ضرورت

ترکیب

- پیالے میں دہی، انڈے کی زردیاں، آدھی پیالی ڈالڈا کوکنگ آئل اور بیکنگ پاؤڈر ڈال کر ملالیں
- اس مکسچر میں تھوڑا تھوڑا کر کے میدہ شامل کرلیں اور اچھی طرح پھینٹ لیں، پلاسٹک بیگ میں ڈال کر دو گھنٹے کے لئے فریج میں رکھ دیں
- بادام کو بھگو کر چھیل لیں اور اچھی طرح خشک کرلیں، اس میں چینی اور الائچی کے دانے ملا کر باریک پیس لیں
- میدے کے مکسچر کو فریج سے نکال کر اس کے چھوٹے چھوٹے پیڑے بنالیں اور ان کی پوریاں بیل لیں (خیال رہے کہ زیادہ پتلی نہ ہو)
- ہر پوری کے درمیان میں دو کھانے کے چمچ بادام کا مکسچر رکھ کر اسے درمیان سے دباتے ہوئے پوٹلی کی طرح بند کرلیں
- کڑاہی میں ڈالڈا کوکنگ آئل کو درمیانی آنچ پر تین سے چار منٹ گرم کریں اور ان گھوتاب کو سنہری فرائی کرلیں

پریزنٹیشن

اس مزیدار مٹھائی پر اوپر سے تھوڑی سی پسی ہوئی چینی چھڑک دیں اور گرم گرم شام کی چائے پر یا افطار کے وقت پیش کریں۔

نوڈلز کباب

اجزاء:

چکن کا قیمہ	آدھا کلو	کالی مرچ کٹی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
چائنیز نوڈلز	ایک پیالی	ہری مرچیں	تین سے چار عدد
ادرک لہسن پسا ہوا	ایک کھانے کا چمچ	ہرا دھنیا	آدھی گٹھی
نمک	حسب ذائقہ	انڈے	دو عدد
آلو	دو درمیانے	ڈبل روٹی کا چورا	حسب ضرورت
مٹر	دو پیالی	ڈالڈا کوکنگ آئل	تلنے کے لئے
گاجر	ایک درمیانہ		

ترکیب:

- قیمہ میں ادرک لہسن، نمک اور کالی مرچ ڈال کر درمیانی آنچ پر اتنی دیر پکائیں کہ اس کا اپنا پانی خشک ہو جائے
- آلو، مٹر، گاجر، اور نوڈلز کو علیحدہ علیحدہ ابال لیں۔ ہری مرچیں اور ہرا دھنیا باریک کاٹ کر رکھ لیں
- ابلے ہوئے آلو، مٹر، گاجر، اور نوڈلز کو کانٹے کی مدد سے میش کرلیں۔ قیمے کو ٹھنڈا کر کے ان تمام چیزوں کو اس میں ملا دیں
- ہری مرچیں اور ہرا دھنیا ملا کر دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں، پھر اس کے چھوٹے چھوٹے رول کی شکل کے کباب بنالیں
- پیالے میں انڈوں کو پھینٹ کر اس میں چٹکی بھر نمک اور کالی مرچ ملائیں اور ایک پلیٹ میں ڈبل روٹی کا چورا رکھ لیں
- نوڈلز کباب کو پہلے انڈے میں ڈِپ کریں پھر ڈبل روٹی کے چورے میں اچھی طرح لتھیڑ کر دوبارہ سے دس منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- کڑاہی میں ڈالڈا کوکنگ آئل کو درمیانی آنچ پر تین سے چار منٹ گرم کریں اور ان کبابوں کو سنہرا فرائی کرلیں

پریزنٹیشن: خوبصورتی سے پلیٹر میں سجا کر شام کی چائے یا افطار پر ٹماٹو کیچپ کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔

مرچیں

اجزاء:

کاٹیج چیز	ایک پیالی
بندگوبھی (باریک کٹی ہوئی)	آدھی پیالی
نمک	حسب ذائقہ
لہسن (باریک کٹا ہوا)	دو جوے
بادام (باریک کٹے ہوئے)	چھ سے آٹھ عدد
کالی مرچیں پسی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
میدہ	دو پیالی
مارجرین یا مکھن	دو کھانے کے چمچ
ڈالڈا کوکنگ آئل	حسب ضرورت

ترکیب:

- تمام اجزاء کو اچھی طرح ملا کر کچھ دیر کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ میدے میں مارجرین یا مکھن ملا کر ٹھنڈے پانی سے گوندھ لیں
- چھوٹی چھوٹی پوریاں بیل کر پٹیوں میں یہ مکسچر بھر دیں اور انھیں اچھی طرح بند کر دیں۔ دس سے پندرہ منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں
- کڑاہی میں ڈالڈا کوکنگ آئل کو درمیانی آنچ پر تین سے چار منٹ گرم کر کے سموسوں کو سنہرے فرائی کرلیں۔

چکن و یجیٹیبل رول

اجزاء:

چکن (ابلی ہوئی)	ایک پیالی	بندگوبھی (باریک کٹی ہوئی)	آدھی پیالی	کالی مرچ کٹی ہوئی	ایک چائے کا چمچ
نمک	حسب ذائقہ	گاجر (کش کئے ہوئے)	آدھی پیالی	رول کی پٹیاں	حسب ضرورت
پسا ہوا لہسن	ایک چائے کا چمچ	انڈے (ابلے ہوئے)	دو عدد	ڈالڈا VTF بناسپتی	دو کھانے کے چمچ

ترکیب:

- ابلی ہوئی چکن کو باریک ریشہ کرلیں، فرائنگ پین میں ایک چائے کا چمچ ڈالڈا VTF بناسپتی ڈال کر اس میں لہسن کو ایک سے دو منٹ فرائی کریں
- اس میں گاجر ڈال کر آنچ تیز کر دیں اور اس کا اپنا پانی خشک کرلیں، پھر اس میں چکن، بندگوبھی، نمک اور کالی مرچ ڈال کر تین سے چار منٹ فرائی کر کے چولہے سے اتار لیں
- اس مکسچر کو ٹھنڈا کر کے اس میں انڈے چورا کر کے ملالیں، رول کی پٹیوں میں یہ مکسچر بھر کر میدے کی لئی کی مدد سے بند کر دیں
- اوون کو 180°C پر پندرہ منٹ پہلے گرم کرلیں، بیکنگ ٹرے کو چکنا کر کے اس میں یہ رول رکھ دیں اور اوپر سے برش کی مدد سے ڈالڈا VTF بناسپتی لگالیں
- اوون میں رکھ کر دس منٹ کے لئے بیک کریں، ہلکے سنہری ہونے پر نکال کر پلٹ دیں اور دوبارہ سے ڈالڈا VTF بناسپتی سے برش کرلیں اور پانچ سے سات منٹ کے لئے بیک کرلیں

پریزینٹیشن: املی کی چٹنی اور ہری چٹنی کے ساتھ ان مزیدار رول سموسوں سے اپنے افطار کا لطف دوبالا کریں۔

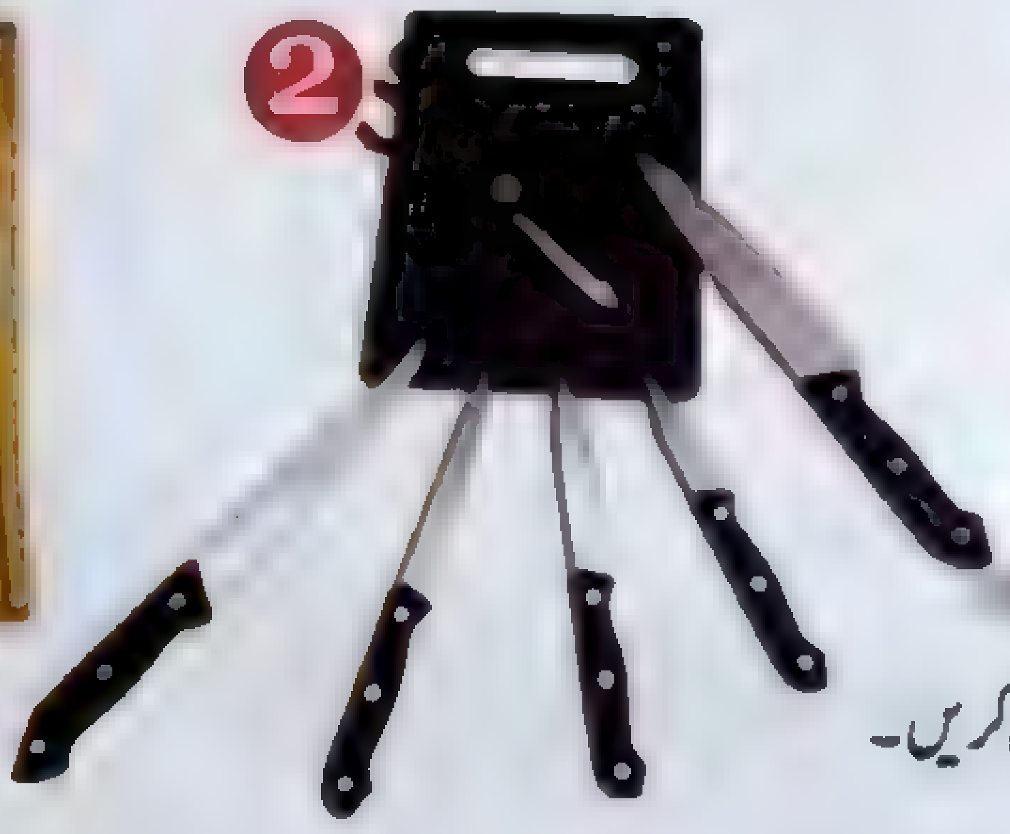
ڈالڈا کوکنگ آئل...
صحت اتنی کہ
چہرے سے چھلکے
جب ڈالڈا کی انٹرنیشنل ٹیکنالوجی محفوظ کردے تیل کی ساری
قدرتی غذائیت تو آپ کو ملے صحت اتنی کہ چہرے سے چھلکے۔
کوئی جو رکھے پیار سے
Dalda
Cooking Oil
Dalda
Cooking Oil

خاص قیمت کے ساتھ خاص تحفے کی بات

ذائقے کی دنیا تک آپ کی رہنمائی ہمیشہ سے ڈالڈا کی روایت رہی ہے اور ڈالڈا کا دسترخوان ماہانہ میگزین اسی سلسلے کی ایک کڑی ہے، جس کے ذریعے دنیا بھر کی بہترین تراکیب اور ہوم میکنگ ٹپس آپ تک پہنچتی ہیں۔ اب ڈالڈا کا دسترخوان آپ کے لئے منفرد آفر لایا ہے۔

ڈالڈا کا دسترخوان کے بارہ شمارے صرف -/Rs.1200 میں حاصل کیجئے
اور ساتھ ہی پائیں ایک خوبصورت تحفہ

1

2


3

اپنی پسند کا ایک تحفہ حاصل کرنے کے لئے تحفہ کے ساتھ درج نمبر بھی ارسال کریں۔

ڈالڈا کا دسترخوان
سبسکرپشن فارم

Name ______________________ نام

Address ______________________ پتہ

____

Phone No ______________ فون نمبر   Gift ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 تحفہ

Email ______________________ ای میل

سبسکرپشن فارم اور چیک / بینک ڈرافٹ Revelation Inc. کے نام درج ذیل ایڈریس پر ابھی بھیجیں

M-II, Revelation Inc. میزنائن فلور 60-C, 24th اسٹریٹ،

توحید کمرشل فیز 5 ڈیفنس ہاؤسنگ اتھارٹی، کراچی۔ فون: 021-35304425-6

0800-32532

LOWE & RAUF

ریڈرز ریسپی کی ونیسٹ ویز
لاہور سے حرا عظیم صاحبہ قرار پائی ہیں

چائنیز فش ٹوسٹ

اجزاء:

مچھلی	آدھا کلو
ڈبل روٹی کے سلائسز	چھ سے آٹھ عدد
نمک	حسب ذائقہ
لہسن کے جوئے	دو سے تین عدد
چائنیز نمک	آدھا چائے کا چمچ
سفید مرچ پسی ہوئی	آدھا چائے کا چمچ
ہری پیاز باریک کٹی ہوئی	ایک سے دو عدد
میدہ	دو کھانے کے چمچ
انڈے	دو عدد
ہرا دھنیا	آدھی گٹھی
ڈالڈا کوکنگ آئل	تلنے کے لئے

ترکیب:

- بغیر کانٹے کی مچھلی لے کر اسے صاف دھولیں، لہسن کے جوؤں کو چھیل لیں اور ہری پیاز کو (ڈنٹھل اور پتیوں کو علیحدہ) باریک کاٹ لیں
- پین میں لہسن کے ساتھ مچھلی کو ڈال کر درمیانی آنچ پر پکائیں، جب اس کا اپنا پانی خشک ہوجائے تو چولہے سے اتار کر ٹھنڈا کرلیں
- اس میں نمک، سفید مرچ، چائنیز نمک، ہری پیاز کے ڈنٹھل ڈال کر چوپر میں ڈال کر ایک سے دو منٹ چلالیں
- پھر اس میں انڈے،، ہرا دھنیا، ہری پیاز کی پتیاں اور میدہ ڈال کر اچھی طرح ملالیں
- ڈبل روٹی کے سلائس پر پھیلا کر یہ مکسچر لگائیں اور دس منٹ کے لئے فریج میں رکھ دیں۔ سلائسز کو فریج سے نکال کر چاپنگ بورڈ پر رکھیں اور تیز چھری کی مدد سے حسب پسند کاٹ لیں
- فرائنگ پین میں ڈالڈا کوکنگ آئل کو درمیانی آنچ پر تین سے چار منٹ گرم کریں اور ان ٹوسٹ کو سنہرا فرائی کرلیں

پریزنٹیشن:

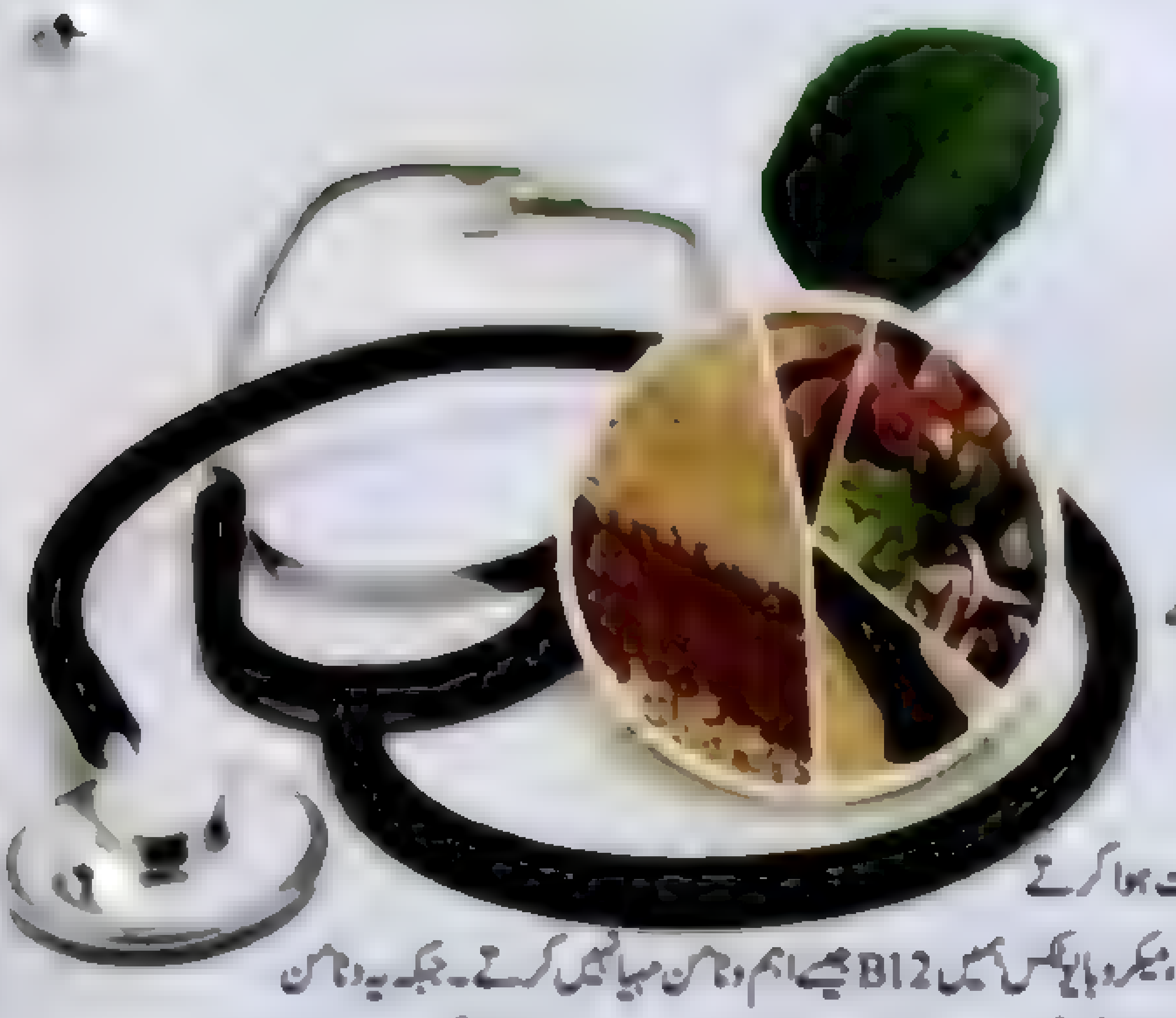
ٹماٹو کیچپ کے ساتھ شام کی چائے پر گرم گرم پیش کریں یا بچوں کو لنچ بکس میں دیں۔

ڈالڈا ایڈوائزری سروس کی جانب سے ہم ڈالڈا کا دسترخوان ریڈرز کلب کے تمام ممبران کے ممنون ہیں جنہوں نے اپنی قیمتی آراء اور مشوروں سے نوازا۔

- معزز قارئین کی خدمت میں ایک شاندار ریسیپی کونٹیسٹ پیش کیا جارہا ہے۔ اس مقابلے میں شرکت کے لئے مدرز ڈے (ماؤں کے عالمی دن) کی مناسبت سے اپنی پسندیدہ ڈش کی ترکیب کاغذ کے ایک جانب تحریر کیجئے۔ اپنا نام، رابطے کے لئے فون نمبر، مکمل ایڈریس اور شہر کا نام واضح لکھ کر پی او بکس 3660 کراچی پر ارسال کیجئے۔
- کامیابی حاصل کرنے والے خوش نصیب ڈالڈا کا دسترخوان ریڈرز کلب کی جانب سے خوبصورت تحائف حاصل کریں گے نیز اُن کی ریسیپی اور تعارف ڈالڈا کا دسترخوان میگزین میں شائع کئے جائیں گے۔
- مقابلے میں شرکت کے خواہشمند قارئین جنہوں نے ڈالڈا کا دسترخوان ریڈرز کلب ممبرشپ فارم ابھی تک ارسال نہیں کیا برائے مہربانی دیئے گئے فارم کو پُر کرکے اپنی ریسیپی کے ہمراہ ارسال فرمائیں۔

ڈالڈا ایڈوائزری سروس

فون (ٹول فری): 0800-32532
پتہ: P.O.Box 3660، کراچی، پاکستان
ای میل: dalda.advisory@daldafoods.com
ویب سائٹ: www.daldafoods.com



Macrobiotic Diet

یہ ہے چائنیز فلاسفی پر مبنی متوازن غذا کا تصوّر

درخشاں فاروقی

یہ 1880ء کی بات ہے جب جاپانی ڈاکٹر Sagen Ishizuka نے اپنی دو تصانیف میں افراد کی پرہیزی غذا کے بگڑے ہوئے نظام پر بحث شروع کی تھی۔ اس دور میں کچھ لوگ اناج اور سبزیاں کھا کر خود کو دبلا کرنے کی مہم سر کر رہے تھے۔ 20 ویں صدی میں ایک امریکن نژاد جاپانی مصنف George Ohsawa نے اپنی پرہیزی غذا خود تیار کر کے اپنائی بی جیسا مرض ٹھیک کیا۔ دراصل اس نے Ishizuka کی فلاسفی اپنا کر اپنا علاج غذا کے ذریعے یعنی بالغذا کیا۔ اسے میکروبائیوٹکس کا نام دیا گیا۔ یونانی زبان کے اس لفظ کے لغوی معنی ہیں 'طویل تر زندگی'۔ ان ڈاکٹر حضرات نے اس پرہیزی غذا کو مختلف بیماریوں سے بچاؤ اور اثرات کو زائل کرنے کے لئے اہم قرار دیا۔

میکروبائیوٹکس چائنیز فلاسفی پر مبنی ہے، جسے ہم Yin اور Yang سے تعبیر کرتے ہیں۔ Yin نسوانی جوہروں پر مبنی ہے جس میں چھاؤں، نرمی، سکون آور کیفیات کو محسوس کیا جاتا ہے۔ Yang میں مردانگی پر مشتمل زاویوں کو ہائی لائٹ کیا جاتا ہے۔ یہاں روشنی، حرارت، جذباتیت اور طاقت کا مظاہرہ دیکھنے میں آتا ہے۔ میکروبائیوٹکس ڈائٹ کو افراد کی مجموعہ صلاحیتوں اور خوبیوں کے تناسب سے فوائد بھی حاصل ہوتے ہیں۔ ان افراد پر غذاؤں کے اثرات بھی شخصی اوصاف کی طرح مرتب ہوں گے۔ بلا تخصیص جنس اور نسل انسانی جسم میں جذب ہونے والی غذائیں متوازن یا غیر متوازن ہو سکتی ہیں لیکن انہی دو اہم جوہروں یعنی Yin اور Yang کی تقسیم جاری رہتی ہے اور یہی جسمانی اور ذہنی کارکردگی کے مابین مدغم لاتی ہے۔ یہ طب کی جدید تحقیق نہیں، تاہم میکروبائیوٹکس نیوٹریشنسٹ ہی یہ مخصوص ڈائٹ تجویز کرنے کا اہل ہوا ہے۔

Yang غذائی اجزاء

سرخ گوشت، مرغی، مچھلی، شیل فش، انڈے، سخت پنیر اور نمک۔

Yin اور Yang پر مشتمل متوازن غذا

سالم اناج، دلیے، تازہ پھل، میوہ جات اور بیج، سبزیاں اور دالیں (بینز، مٹر اور سلاد کے پتے)

یہ مخصوص ڈائٹ کم حراروں پر مشتمل ہوتی ہے۔ اس میں بچو ریفائنڈ فلیکس اور ریشے (فائبر) کی وسیع مقدار ہوتی ہے۔ ان غذاؤں میں موٹاپا نہ بڑھانے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ اس خوبی کے ساتھ ساتھ کولیسٹرول معتدل کرنے، بلڈ پریشر اور قبض جیسے مسائل کے حل میں بھی مددگار بھی ہیں۔ بے حد متوازن ویجی ٹیرین (کلی طور پر سبزیوں پر مشتمل) ڈائٹ جیسے کمالات ان غذاؤں کے استعمال سے ظاہر ہوتے ہیں۔

اہم نقصانات

دنیا میں ہر چیز کے مثبت اور منفی ضمنی اثرات ہوا کرتے ہیں خواہ وہ ہمارے کھانے ہوں یا ادویات، میکروبائیوٹکس ہمیں B12 جیسے اہم وٹامن مہیا نہیں کرتے۔ جبکہ یہ وٹامن اعصابی نظام کی درستگی اور فعالیت کے لئے انتہائی ناگزیر ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ فولاد (آئرن) کی کمی لاحق ہونے کے امکان بڑھ سکتے ہیں۔ فولاد نیا خون بنانے اور پرانے خون کی فعالیت متحرک رکھنے کے لئے اہم ترین جزو ہے۔ اسی طرح وٹامن D کیلشیم کے انجذاب کے لئے بے حد اہم ترین جزو ہے جو اس مخصوص ڈائٹ میں مکمل طور پر مہیا نہیں ہوتا۔ وٹامن B12 اور آئرن نہ ملنے کے سبب جسم میں خون کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔ انسانی جسم صحت مند نہیں رہتا بلکہ اینیمیا کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس مخصوص ڈائٹ پر جانے والوں کو اضافی سپلیمنٹس لینے چاہئیں تاکہ خون کی کمی اور دیگر شکایات پر قابو پایا جا سکے۔

یہ ڈائٹ ماں بننے اور دودھ پلانے والی ماؤں کے لئے نہیں

ماہر غذائیت اس ڈائٹ کو ان دونوں خواتین کے لئے موزوں نہیں سمجھتے۔ طویل تر بیماریوں کی صورت میں بھی اپنے ڈاکٹر سے ڈائٹ پلان بنوانا چاہئے اور کوشش کرنی چاہئے کہ ماہرین غذائیت سے مشورے کر کے غذا استعمال کرنے کی شفقت اختیار کی جائے۔

بڑھتے ہوئے بچوں کے لئے بھی یہ مضر ہے

بچوں کو پروٹین، وٹامنز، فائبر اور معدنیات (منرلز) پر مشتمل اچھی غذا کی فراہمی یقینی بنانا ضروری ہے تاکہ اُن کے وزن، قد، ذہنی کارکردگی اور جسمانی صحت کے درمیان متناسب حد تک ہم آہنگی ہو سکے۔ کوئی بھی مخصوص خوراک متواتر لیتے رہنے سے وہ غذائی کمی کا شکار ہو سکتے ہیں اور یہ امر اُن کی بڑھوتری کے لئے پیچیدگیاں پیدا کر سکتا ہے۔ مکمل طور پر بالغ ہونے تک کسی بھی بچے کو غذائی کمی میں مبتلا نہیں ہونا چاہئے۔

> Yin اور Yang پر مشتمل غذا میں سالم اناج، دلیے، تازہ پھل، میوہ جات اور بیج، سبزیاں اور دالیں شامل ہیں

میکروبائیوٹک نعمت کا کیسا خزانہ

- دلیے، Whole grains

براؤن رائس، جو اور جئی کا دلیہ، گندم، مکئی، رائی اور ان اجزاء سے بنے پاستا اور ڈبل روٹی۔

- سبزیاں (زمین اور سمندر میں اُگنے والی)

سمندری جڑی بوٹیاں

Seaweeds اور تازہ موسمی سبزیاں اس ڈائٹ کا خاص جزو ہیں۔

- پھلیاں

پھلیوں کے علاوہ پھل دار پودے جن میں مٹر، ٹوفو، بینز اور مسور کی دال۔

- یخنی اور سوپ

سویابین، miso اور گہرے رنگ کی Saya Sauce کے ساتھ تیار کئے جانے والے سوپ۔

- پھل

تمام موسمی پھل جن میں سٹرس فروٹس (لیمونی پھل) نہایت موثر ہوتے ہیں۔

- میوہ جات

تل، سن فلاور سے لے کر خربوزے اور تربوز، مونگ پھلی، بادام، اخروٹ، خشک خوبانی تک اور سمندری نمک سے ادرک، سرسوں کے بیج، tahini، سرکہ، سیب کا عرق، پھلی اور دالوں تک ہر غذا شامل ہے۔

ان تمام ترکیبوں کی تیاری میں ڈالڈا کا استعمال انہیں غذائیت سے بھرپور بنائے گا۔

کچن آپ کا ڈاکٹر بھی ہے

غذائی علاج سے رہیں خوش باش

حکیم ہمایوں زبیر احمد

موجودہ دور میں جہاں ایک طرف مہنگائی نے کمر توڑ دی ہے تو دوسری طرف جدید طرزِ معاشرت اور ناقص غذاؤں نے لوگوں کو طرح طرح کی بیماریوں میں مبتلا کر دیا ہے۔ اخراجات میں اضافے اور آمدنی میں کمی نے انسان کو بے بس کر دیا ہے۔ علاج معالجے کی سہولتوں کے فقدان نے عام آدمی کی مشکلات میں بے پناہ اضافہ کر دیا ہے۔ صحت مند زندگی گزارنا اک خواب ہو گیا ہے۔ خالص اور اصلی دواؤں کی تلاش نے زندگی کو مشکلات سے دوچار کر کے رکھ دیا ہے۔ ڈاکٹروں کی بھاری فیس اور دواؤں کی قیمتوں نے تو رہی سہی کسر بھی پوری کر دی ہے اور اس موجودہ ترقی یافتہ جدید دور میں علاج خود ایک مرض بن گیا، لیکن اگر ہم اپنی روزمرہ کی غذاؤں پر تھوڑی سی توجہ دیں اور ان سے علاج کریں تو بیماریاں ہمارے قریب نہیں آ سکتیں۔

بادام کی کھیر

• بادام کی گریاں ایک پاؤ لیں اور انہیں گرم پانی میں کچھ دیر کے لئے بھگو کر رکھ دیں۔ پھر پانی سے نکالیں اور اوپر کا چھلکا اتار دیں۔ اس کے بعد چھری یا چاقو سے گریوں کے چاول کے برابر باریک ٹکڑے کاٹیں، پھر دو کلو دودھ میں ایک پاؤ کھویا ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں جب دودھ آدھا رہ جائے تو اس میں بادام کی کتری ہوئی گریاں ڈالیں اور چمچ چلاتے ہوئے اتنی دیر پکائیں کہ دودھ گاڑھا ہو جائے اور گریاں دودھ میں مل جائیں۔ تب اس میں چھوٹی الائچی کے دانے اور روح کیوڑہ ڈال کر چولہے سے اتار لیں اور ٹھنڈا کر کے شہد ملا کر بچوں کو کھلائیں۔ یہ نہایت مزیدار اور دماغ کے لئے مقوی ہے۔

سیب کا بھرتا

• چار انڈوں کو ایک پیالے میں پھینٹ کر اس میں ایک کپ شہد ملائیں۔ اس کے بعد انڈوں میں 3 سے 4 کپ مکھن ملا کر خوب پھینٹیں۔ پھر ایک پکا ہوا سیب کاٹ کر اس میں مکس کر کے بچوں کو کھلائیں۔ اسے بچے بہت پسند کرتے ہیں اور شوق و ذوق سے کھاتے ہیں۔

پپیتے اور نارنگی کا سلاد

• نارنگی کی پھانکوں کو باریک کاٹ لیں اور پپیتے کو بھی نہایت باریک کاٹ کر ان میں شہد ملا کر رکھ دیں۔ نصف گھنٹے بعد اس میں دودھ یا کریم ملائیں اور بچوں کو کھلائیں۔ دل چاہے تو برف میں ٹھنڈا کر کے بھی کھلایا جا سکتا ہے۔

لہسن کے جادوئی اثرات

• لہسن بڑھاپے کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔
• قلب کے لئے اکسیر ہے، خون پتلا کرتا ہے۔
• درد دانت کا فوری علاج ہے۔
• بلڈ پریشر کا شافی علاج ہے۔

لہسن، کیری اور پودینے کی چٹنی

• پانچ دانے لہسن، ایک گٹھی پودینے کے پتوں کی اور دو چھوٹی کیری (کچی) ان سب کو سل بٹہ پر کوٹ کر استعمال کریں یہ چٹنی کھانے کے ساتھ بھی کھائی جاتی ہے۔

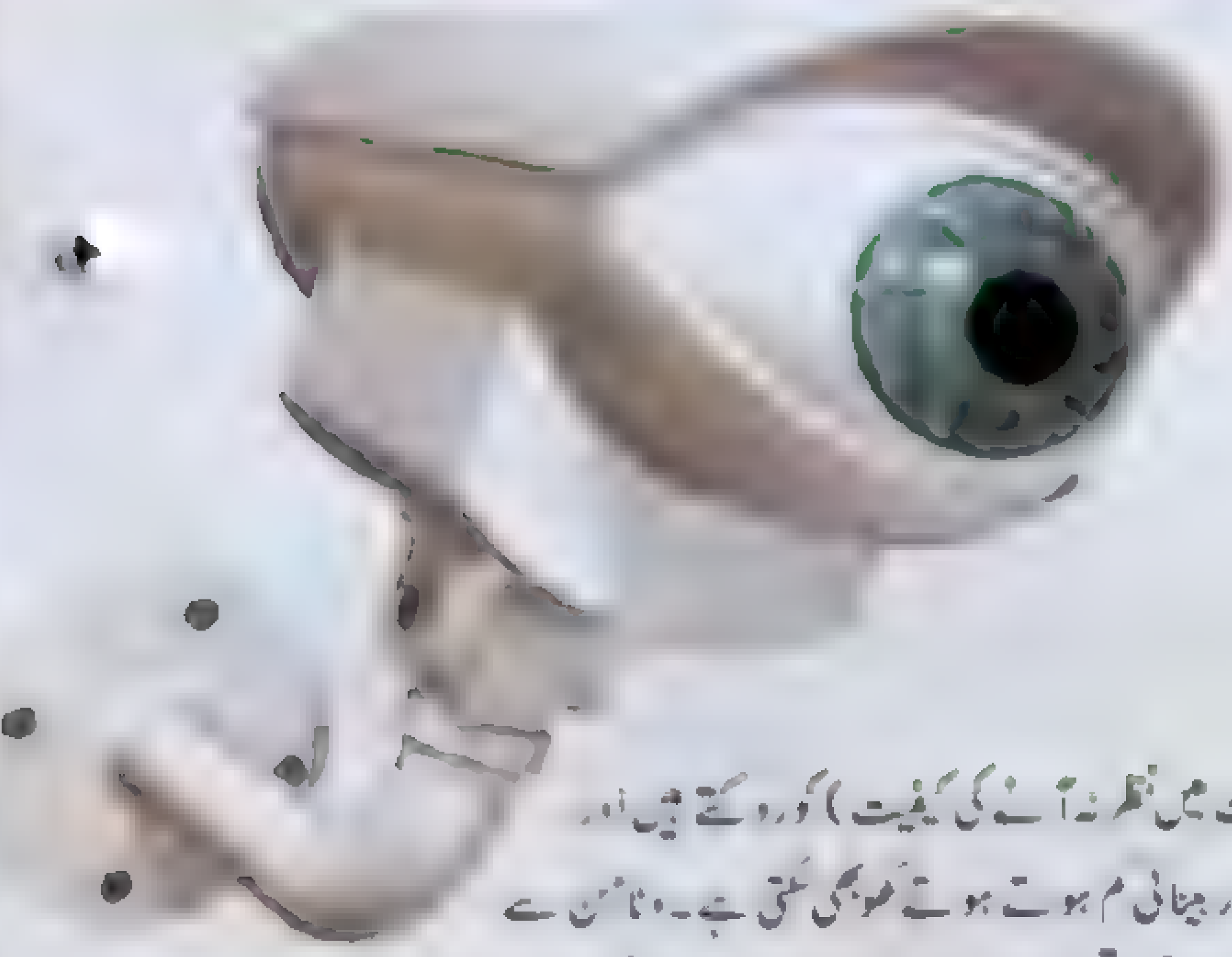
طبی فوائد

• اس میں دو کھانے کے چمچ ڈالڈا اولیو آئل شامل کر لیا جائے تو یہ دل کو طاقت دیتی ہے۔
• شریانوں (veins) میں سے چکنائی ختم کرتی ہے۔
• بلڈ پریشر اور کولیسٹرول کو کم کرتی ہے۔
• جسم سے بادی، گیس کو ختم کرنے کے لئے مفید ہے۔
• موٹاپے میں بھی کمی لاتی ہے۔ اس چٹنی کو اپنے دسترخوان کی زینت بنائیں اور لذت، صحت دونوں پائیں۔

پانچ جوے چھلا ہوا لہسن، ایک گٹھی پودینے کی پتیاں اور دو چھوٹی کیریاں سل بٹہ پر کوٹ کر مزیدار چٹنی بنایئے

ککڑی بڑے کمال کی

• اس کے استعمال سے معدے کی تیزابیت، گیس دور ہو جاتی ہے۔



آنکھ جیسا کیمرا کوئی کہاں

دنیا بھر میں نابینا پن کی شرح کیوں بڑھ رہی ہے؟

دنیا میں ٹیکنالوجی جس انداز سے ترقی کر رہی ہے اور ہر چھ ماہ بعد نت نئے کیمرے تیار ہو رہے ہیں مگر اب بھی آنکھ جیسا کیمرا کوئی نہیں۔ اللہ تبارک تعالیٰ نے ہر انسان کو یہ کیمرا عطا کیا ہے، چنانچہ اس نعمت خداوندی کی جتنی قدر کی جائے کم ہے۔

سائنس اور طب کہتی ہے کہ آنکھوں کی حفاظت کرنا بہت ضروری ہوتا ہے۔ بینائی بہتر بنانے کے لئے حفاظتی اقدامات کئے جاتے ہیں۔ تاہم یہ جاننا ضروری ہے کہ آنکھوں کی اہم شکایات کیا ہوتی ہیں۔ کالا موتیا اور آنکھ کے پردے کی کمزوری اس کے علاوہ بڑھاپے میں جن عارضوں سے بینائی کو نقصان پہنچتا ہے ان میں ذیابیطس سرفہرست ہے۔ یہ بات واضح ہوتی جارہی ہے کہ دنیا میں نابینا پن یا کمزور بینائی کی شرح بڑھ رہی ہے۔ یہ ضروری نہیں کہ آنکھ کی ہر تکلیف پر اس کا تدارک کیا جائے لیکن اسے معمولی بھی نہیں سمجھنا چاہئے۔

آنکھوں کی صحت کے لئے بھی درست غذا کا استعمال ضروری ہے۔ مثلاً وٹامن A اور معدنی نمک کو خوراک کا جزو بنانا چاہئے۔ پورے وثوق سے ماننا پڑتا ہے کہ غیر متوازن غذا آنکھ کی صحت کے بگاڑ کا سبب بنتی ہے۔ وٹامن A کے علاوہ C اور E کا استعمال جاری رکھنا مفید ہے۔ غذا سے بیماریوں کی روک تھام کی جاسکتی ہے۔

> بیٹا کیروٹین جسم میں جا کر وٹامن A بنتا ہے، اسی کے سبب آنکھوں کی صحت برقرار رہتی ہے

یہ اہم وٹامن موتیا بند اور شب کوری (رات میں نظر نہ آنے کی کیفیت) کو روکتے ہیں اور ان کی کمی سے cornea زخمی ہوتا ہے اور بینائی کم ہوتے ہوتے ختم بھی ہوسکتی ہے۔ وٹامن سے گلوکوما (کالے موتیا) کا مؤثر حد تک مقابلہ کرتی ہے۔ اس وٹامن سے بڑھاپے کی وجہ سے پیدا ہونے والی کمزوری کو روکا جاسکتا ہے۔

چند اہم باتیں

• بصارت کو فائدہ پہنچانے والی غذا میں گاجر اور شکر قندی کو نمایاں طور پر اہمیت دی جاتی ہے۔ وٹامن A کے دیگر ذرائع میں مچھلی، ڈیری مصنوعات اور مختلف پھل جن میں آم اور پپیتا شامل ہے۔ اپنی غذا میں لوٹین اور زیکسنتھن بھی شامل کرنا ضروری ہے۔ لوٹین ہرے پتوں والی سبزیوں اور انڈے کی زردی میں پایا جاتا ہے جبکہ زیکسنتھن ہمیں سرخ مرچ اور اناج کی شکل میں ملتا ہے۔ علاوہ ازیں جست zinc تمام سمندری غذاؤں کے علاوہ گوشت، لوبیا اور ڈیری فارم کی مصنوعات میں موجود ہے۔ گاجر کے بعد پالک کا ساگ بیٹا کیروٹین کے حصول کا اہم ذریعہ ہے۔ بیٹا کیروٹین جسم میں جا کر وٹامن A بنتا ہے۔ اسی کے سبب آنکھوں کی صحت برقرار رہتی ہے۔

• باقاعدہ ورزش کرنے سے جسم میں خون کا دورانیہ بڑھ کر پورے اعضاء، عضلات اور ریشوں تک پہنچتا ہے۔ اس کے علاوہ آنکھوں میں آکسیجن آمیز خون کی فراہمی میں اضافہ ہوتا ہے۔ ان کی کارکردگی بحال رہتی ہے۔

• آنکھوں کی صحت کے لئے پانی پینا بہت ضروری ہے۔ کچھ غذائی ماہرین 8 تا 12 گلاس دن بھر کی ضرورت کے لئے تجویز کرتے ہیں۔ زیادہ پانی جسم کے مضر اور نقصان پہنچانے والے فضلے اچھی طرح خارج کرتا ہے۔ اس سے آنکھیں بھی صاف اور صحت مند رہتی ہیں۔

• آنکھوں کی صفائی کے لئے صاف ستھری روئی کو دودھ یا شہد میں بھگو کر استعمال کریں۔ اس طرح صفائی بھی ہوتی ہے اور ان کی صحت اور کارکردگی بھی بہتر ہوتی ہے۔ اس مقصد کے لئے بکری کا دودھ زیادہ مفید سمجھا جاتا ہے۔ خیال رہے کہ جلد کی بیرونی صفائی کے لئے یہ عمل روٹین کے معمول کا حصہ بنایا جائے تو آنکھیں تازہ دم رہتی ہیں۔

احتیاطی تدابیر

دھوپ میں بیٹھ کر سینے پرونے کے علاوہ کم روشنی میں مطالعہ کرنے سے نظر خراب ہوسکتی ہے۔ گرم پانی سے نہاتے وقت کوشش کیجئے کہ براہ راست گرم پانی آنکھوں میں نہ جائے۔ سورج کی طرف براہ راست دیکھنے سے گریز کیجئے۔ آنکھوں کی صحت مندی کے لئے دن میں کم از کم دو سے تین بار ٹھنڈے پانی سے چھینٹیں مارنا اچھا ہے، اس سے آنکھیں نہ صرف تر و تازہ رہیں گی بلکہ یہ بینائی کے لئے بھی مفید ہے۔

بیوٹی ٹپس۔ آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے دور کرنے کے لئے ہر بلسٹ، کھیرے، آلو کی قاشیں اور ٹی بیگز پپوٹوں پر رکھنے کا مشورہ دیتے ہیں۔ اسی طرح عرق گلاب اور دودھ بھی آنکھوں کے گرد کی نازک جلد کی نمی برقرار رکھتا ہے۔

"Poly Color
makes me a
Pretty Woman"
POLY
COLOR
Cream Hair Color
پولی کلر کریم ہیئر کلر آپ کو بنائے پریٹی وومن
پولی کلر میں شامل پروٹیکٹنگ منرلز اور اسکا خاص کریمی فارمولا دے بالوں
کو گہری دیرپا رنگت اور انھیں بنائے صحتمند اور مضبوط، یوں ملے آپ
کے بالوں کو نئی چمک اور خوبصورتی ...
پولی کلر 7 دلکش فیشن ایبل شیڈز کے علاوہ 4 نیچرل شیڈز میں بھی دستیاب ہے
اب آپ بھی بالوں میں اسٹریکنگ کرکے یا بالوں کا رنگ بدل بدل کر
بن سکتی ہیں فیشن ایبل پریٹی وومن
POLY COLOR
Cream Hair Color
43
75
پولی کلر ۔ بالوں کی گہری خوبصورت رنگت

Poly 512-DKD

10 غلطیاں جو دل کی دشمن ہیں

یہ دل سے خراج وصول کرتی ہیں مگر یہ زندگی ہے کوئی مذاق نہیں

ہر کوئی صحت مند رہنا چاہتا ہے مگر کوشش نہیں کرتا اور دل کو نقصان پہنچانے والی بری عادتیں اپنا کر لمبی زندگی بھی جینا چاہتا ہے مگر یہ کیسے ممکن ہے؟ ذرا اپنے لائف اسٹائل پر بھی نظر ڈالیں اور اپنی اصلاح کرنا بھی سیکھیں کب تک ناقص غذا اور ماحولیاتی آلودگی کو الزام دے کر گزارا کیا جا سکتا ہے؟ چلیے ہمارے ساتھ اور اپنی بری عادتوں کا جائزہ لیں۔ آپ اور ہم آج سے اپنا احتساب خود کریں گے۔

1- ٹی وی دیکھنا

یہ عادت بھی منشیات کے استعمال اور رجحان سے کم نہیں، گھنٹوں تک ٹی وی دیکھتے رہنا ہرگز فائدہ مند نہیں، یہ وقت relaxation کے مختصر دورانیے پر مشتمل ہونا چاہئے ورنہ فالج اور امراض قلب کا خطرہ بڑھ سکتا ہے۔ سائنس کہتی ہے کہ جسم کا طویل عرصے تک غیر متحرک حالت میں رہنا خون میں شکر کی سطح متاثر کرتا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں ''وقفے وقفے سے ٹی وی دیکھیں اور اس دوران اٹھیں اور چلیں پھریں بھی اور دفتر میں فون سننا ہو تو کھڑے ہو کر بھی سنا کریں یہ کیا کہ 6 گھنٹے سیٹ پر بیٹھے بیٹھے گزار دیں اور بیماریاں اندر ہی اندر پلتی رہیں۔''

2- چھوٹی چھوٹی بیماریوں کو ٹالتے رہنا

زندگی میں اگر کسی کا بلڈ پریشر کبھی نہیں بڑھا تو بھی 50 سال کے ہوتے ہی 90 فیصد افراد کا بلڈ پریشر بڑھتا ہے۔ اسی طرح معمولی نزلہ، زکام، بخار، کھانسی، جوڑوں کے درد اور غیر معمولی عارضوں کے لئے خود علاجی نہ اپنائیں۔ فزیشن سے رجوع کریں۔ ممکن ہے جو مانع درد ادویات آپ کھا رہے ہوں وہ دل کو کمزور کر رہی ہوں اور براہ راست نقصان پہنچ رہا ہو۔

> **خود علاجی نہ اپنائیں، ممکن ہے جو مانع درد ادویات آپ کھا رہے ہوں وہ دل کو کمزور کر رہی ہوں**

3- خراٹوں کو خاطر میں نہ لانا

آپ محض سونے والوں کی ذہنی کوفت کو خاطر میں لاتے ہیں مگر خراٹے کا مریض Obstructive sleep apnea میں مبتلا ہے۔ اس عارضے کو آپ معمولی نہ سمجھیں اس میں مبتلا افراد کی نیند وقتی طور پر سانس رکنے کی وجہ سے اچاٹ ہوتی ہے اور وہ منہ سے سانس لیتا ہے اس عارضے میں بلڈ پریشر خطرناک حد تک بڑھ سکتا ہے اور دل کا مرض بھی لاحق ہو سکتا ہے۔ عموماً خراٹے کے مریض پوری رات سونے کے بعد بھی بیدار ہونے پر خود کو تھکا ہوا محسوس کرتے ہیں۔

4- سرخ گوشت کھانے کی عادت

کبھی کبھار گائے کا گوشت کھانے میں کوئی قباحت نہیں مگر اس کو مستقل عادت نہ بنائیں۔ بہت دن تک محفوظ کیا جانے والا سرخ گوشت دل کی شریانوں کو تنگ کرتا ہے اور اس سے بڑی آنت (Colon) کا کینسر ہو سکتا ہے۔

5- سگریٹ نوشی کرنا یا سگریٹ پینے والوں کے ساتھ رہنا

یہ دونوں صورت حال خطرے سے خالی نہیں، ''سگریٹ نوشی باعث ہلاکت ہے'' آپ نے لاکھوں مرتبہ اس پیغام کو پڑھا اور سنا ہوگا مگر سنجیدگی سے دھیان نہیں دیا۔ یاد رکھئے کہ سگریٹ نوشی دل کی مکمل تباہی ہے کیونکہ اس سے خون میں پھٹکیاں بننے کا عمل تیز ہوتا ہے اور ان پھٹکیوں کے باعث دل تک خون پہنچانے والی نالیاں تنگ ہونا شروع ہو جاتی ہیں۔ علاوہ ازیں اس سے شریانوں میں پلیک بھی جمع ہوتا ہے۔ جو لوگ خود سگریٹ نہیں پیتے لیکن دھوئیں سے آلودہ ماحول میں رہتے ہیں وہ بھی اپنی صحت سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ مضر صحت اجزاء اور دھواں ان کی سانس کی نالیوں کے ذریعہ جسم تک پہنچتا ہے اور بالواسطہ طور پر ان کے دل بھی متاثر ہوتے ہیں۔

6- مایوسی اور جبر

اگر آپ زندگی میں تفکرات، بحرانوں اور جذباتی نقصانات جھیل رہے ہوں تو یہ ساری کیفیتیں دل سے خراج وصول کرتی ہیں۔ کوشش کریں کہ مایوسی کی کیفیت سے نکلیں، جذبات پر قابو پائیں تاکہ دل کی کارکردگی پر منفی اثر نہ پڑے، دباؤ کو اندر ہی اندر چھپا کے نہ رکھیں یہ خطرناک بات ہے۔ ہنسی مذاق کریں۔ دوستوں رشتہ داروں سے قربت بڑھائیں۔ کسی ہمدرد سے کہیں سنیں اور مثبت طرز عمل میں خود کو شریک کر کے دل کی کریں مکمل حفاظت کیونکہ اگر یہ نہ سنبھالا گیا تو آپ جان سے ہاتھ دھو بیٹھیں گے۔

7- بہت زیادہ کھانا

اپنی جسمانی ضرورت کو پہچان کر ناپ تول کے کھانا اچھی عادت ہوتی ہے۔ ضرورت سے زیادہ کھانا ڈپریشن کی علامت بھی ہوتی ہے اگر کسی طرح ضرورت سے زیادہ کھا لیا جائے تو ورزش ضرور کر لینی چاہئے بلکہ بھوک کا کچھ احساس رکھ کر کھانا ترک کر دینا ہی صحت مندی کی دلیل ہے۔ غذا کو حلق تک بھر لینے سے معدہ ہی نہیں دل کی کارکردگی بھی متاثر ہوتی ہے۔

8- بڑھتی ہوئی عمر کے تقاضوں کو نہ سمجھنا

سیڑھیاں چڑھتے ہوئے تھک جانا اور لفٹ کا انتظار کرنا، چہل قدمی سے تازہ دم نہ ہونا بلکہ ہانپنے لگنا اور معمولی کام کرتے ہی تھکن کا شکار ہو جانا خطرے کی گھنٹیاں ہیں۔ ان علامتوں کو ہم لوگ بیماری کی شروعات نہیں سمجھتے اور دراصل یہیں غلطی کرتے ہیں۔

کیا ہم ہارٹ اٹیک کے چار چھ گھنٹوں بعد ڈاکٹر سے ملنے جائیں گے؟

ہائی بلڈ پریشر، کولیسٹرول، ذیابیطس، وزن کا زیادہ ہونا، سگریٹ نوشی یہ سارے عوامل دل کے افعال کو خطرے میں ڈالتے ہیں لہٰذا مختلف وقتوں میں ان کے طبی معائنے ہوتے رہیں تو بہتر ہے۔

9- پھلوں اور سبزیوں سے گریز

دل کی صحت برقرار رکھنے کے لئے سب سے اہم غذائیں پھل اور سبزیاں ہی ہیں اور ان کے ساتھ ساتھ مغزیات، سالم اناج، کم چکنائی والا دودھ، دہی، پنیر وغیرہ بھی استعمال کرنے چاہئیں۔ خوراک کا آدھا حصہ پھلوں اور سبزیوں پر مشتمل ہونا چاہئے۔ جو لوگ دن میں پانچ سے زیادہ مرتبہ پھل اور سبزیاں استعمال کرتے ہیں انہیں اسٹروک اور امراض قلب کا خطرہ کم سے کم ہوتا ہے۔

10- نمک کا بکثرت استعمال

بارہا طبی حلقوں نے اس جانب توجہ مرکوز کروائی ہے کہ غذا میں نمک کا استعمال کم کر دینا ضروری ہے۔ یہ بلڈ پریشر بڑھاتا ہے اور بلڈ پریشر کی وجہ سے گردوں کے ناکارہ ہو جانے اور ہارٹ اٹیک کے امکان بڑھ جاتے ہیں۔ ہم میں سے اکثر کو یومیہ 2300 ملی گرام سے کم سوڈیم اپنے کھانوں میں استعمال کرنا چاہئے اور جنہیں بلڈ پریشر کی شکایت ہو یا جن کی عمر 50 برس ہو گئی ہو انہیں 1500 ملی گرام تک نمک استعمال کرنا چاہئے مگر اپنا لائف اسٹائل ضرور مدنظر رکھیں۔ ہم آٹا گوندھتے وقت سے نمک کا استعمال شروع کرتے ہیں تو ہر چیز میں چٹکی بھر نمک سے ذائقہ دوآتشہ کرتے کرتے بیماری کو دعوت دیتے ہیں۔ آج سے کم از کم تندوری روٹی کھانے کی عادت ہی ترک کر دیں کیونکہ اس آٹے میں نمک کچھ زیادہ ہی مقدار میں استعمال کیا جاتا ہے۔ گھر کی روٹی میں بجائے نمک کے السی کے بیج پیس کر شامل کر دیں اور بھوسی ملا آٹا کھائیں تاکہ جسمانی صحت مکمل طور پر بحال رکھی جا سکے۔

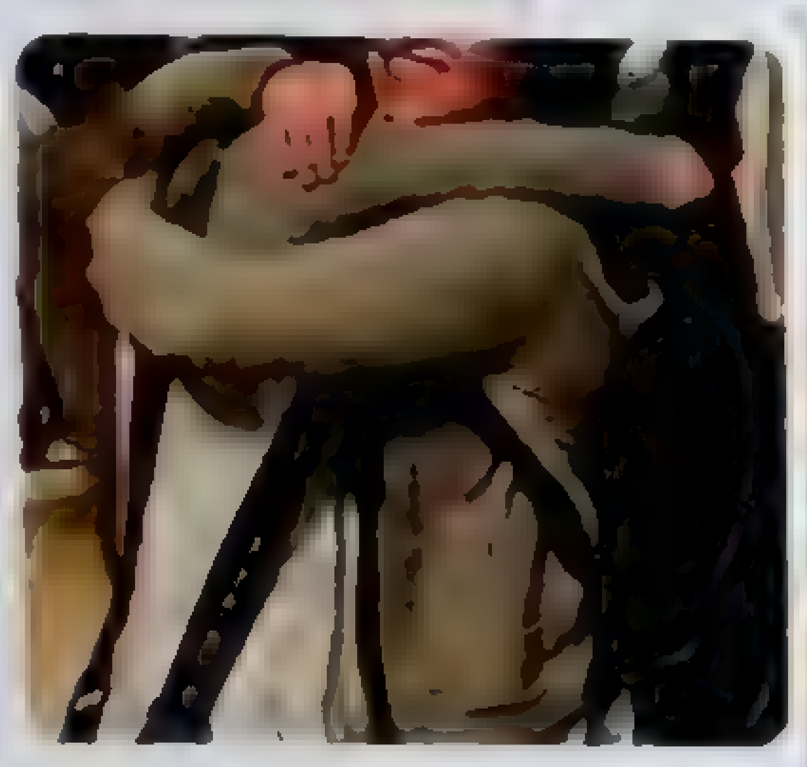
صحت کے یہ نسخے! اصل میں ہیں سیف گارڈ

6 ترکیبوں میں لمبی عمر پانے کا راز چھپا ہے

1۔ سوشل میڈیا کو دیں صرف ایک گھنٹہ، پورا دن ہرگز نہیں۔

پچھلے وقتوں میں جب خط لکھنے کی روایت زندہ تھی تو لکھنے والے کو طول العمر ہو، یعنی طویل عمر کی دُعا دے کر مخاطب کیا کرتے تھے۔ آج وہ دور ماضی کا قصہ بن گیا ہے۔ اب ای میلز، فیس بک اور ٹوئٹر پر کہنے بیٹھے جملے تحریر کیے جاتے ہیں اور دنیا اپنے دکھ بھول کر چند گھنٹوں کے لئے اپنا کتھارسس کر لیتی ہے۔ انٹرنیٹ جدید دریافت ہے اگر اس کی لت نہ پڑے تو سائنس کی بہترین ایجادوں کی مانند ایک سہولت ہے۔ کم از کم کوکین یا دیگر منشیات کی طرح نقصان دہ تو نہیں۔

انٹرنیٹ ایک سوشل میڈیا ہے جسے ہر روز کم از کم ایک گھنٹے کے لئے اپنے تصرف میں لایا جانا چاہیے، مگر جہاں آپ گھر بار کی ذمہ داریوں سے بنیں اور جہاں آپ نے چیٹنگ کو معمول بنا لیا سمجھ لیں کہ تباہی آپ کی منتظر ہے۔ اپنے بچوں کے سیکھنے یعنی تربیت کے رجحان کو قوی تر بنانے کے لئے کمپیوٹر کا استعمال ضرور کرائیں۔ لیکن ایک آدھ گھنٹے سے یہ دورانیہ بڑھنے نہ دیں۔ ہر چیز ہر کام کا ایک ٹائم ٹیبل ہی بنا لیا جائے تو بہتر ہے ورنہ زندگی توازن سے نہیں گزرتی۔



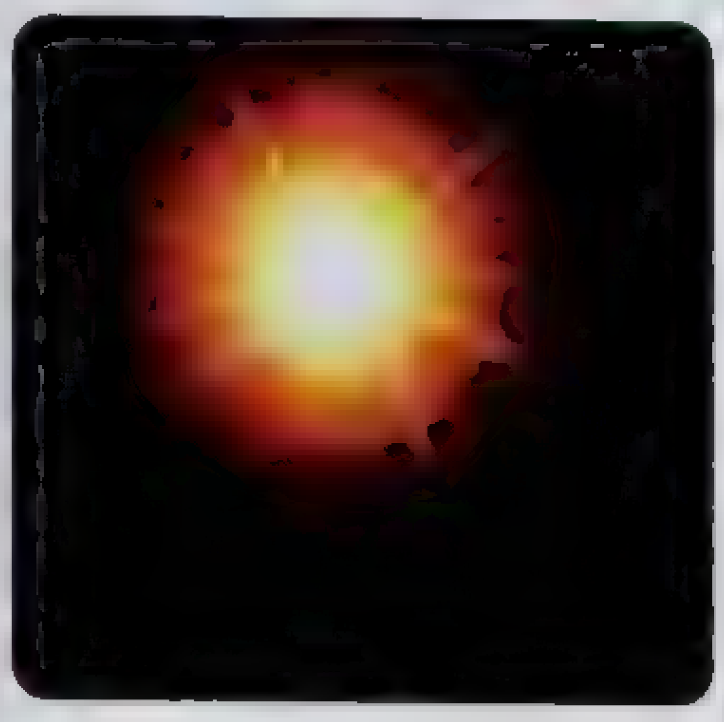
2۔ آٹھ گھنٹے کی نیند ہر رات کی ضرورت، دن کا آرام

اگر آپ نے دن بھرپور صحت و توانائی کے ساتھ گزارنا ہے تو پچھلی رات آٹھ گھنٹے کی نیند ضرور پوری کر لیں، خواہ آپ کی عمر 25 برس سے کم ہو یا 55 برس سے زائد، ایک تصور یا خواب کو حقیقت میں ڈھالنے کے لئے آٹھ گھنٹے کی نیند پوری کر لیا کریں۔ نیند لینے سے جسم اور ذہن کا تناؤ اور دباؤ کی کیفیت زائل ہو جاتی ہے۔ خون کا دباؤ قدرتی انداز اختیار کر لیتا ہے۔ مگر نیند کی کمی سے فزیالوجی کے عمل میں رکاوٹ پڑتی ہے، تفکرات بڑھتے ہیں۔ اسٹروک، کینسر اور ذیابیطس کے امکانات بڑھ جاتے ہیں۔ چکر آنا، سر گھومنا اور دھڑکن کی بے ترتیبی جیسے مسائل بھی پیدا ہوتے ہیں۔

سونے جاگنے کی ایک روٹین بنانی پڑتی ہے، جلدی سونے اور جلدی بیدار ہونے کی عادت بہترین طرز زندگی کی نشاندہی کرتی ہے۔

ایک دن دیر تک سوتے رہنا اور دوسرے دن بہت جلدی بیدار ہونے کی کیفیت نہ مزاج کا حصہ بنانا چاہئے نہ ہی مستقل عادت بلکہ گھڑی دیکھ کر خود کو سونے اور جاگنے کا پابند بنا لینا صحت مند رہنے کی سنجیدہ کوشش کرنے کے مترادف ہے۔

> نیند کی کمی سے چکر، سر گھومنے اور دھڑکن کی بے ترتیبی جیسے مسائل بھی پیدا ہو سکتے ہیں



3۔ 33-21 فیصدی چربیلا بدن خطرے کی علامت نہیں

ایسی خواتین جو صحت کا شعور رکھتی ہیں ان کے گھر میں وزن کرنے والی مشین کہیں نہ کہیں موجود ہوتی ہے۔ آپ اپنا وزن ضرور کیا کریں تاکہ چربیلا بدن آپ کو چوکنا رکھے اور آپ بڑھتے ہوئے وزن کو قابو کر لینے کا کوئی نہ کوئی حربہ آزماتی رہیں۔ 33-21 فیصدی فربہی اس صورت میں قبول ہو سکتی ہے جب کوئی جسمانی عارضہ لاحق نہ ہو۔ مردوں کی فربہی کے لئے 22-8 فیصد کا تعین کیا جاتا ہے۔ آپ کی وزن کی مشین میں Fat reading کی اضافی سہولت موجود ہے یا نہیں یہ دیکھنا ضروری ہے۔ کوشش کریں کہ ایسی ہی سہولت والی مشین لی جائے۔

جسم میں pinch test کرنے والی سہولت مہیا ہوتی ہے۔ کوشش کریں کہ اپنے جسم کے اسپیشلسٹ سے رابطے میں رہا جائے اور اس کی مدد سے اپنی ڈائٹ کنٹرول کی جائے۔

4۔ جنک فوڈ کھائیے، مہینے میں زیادہ سے زیادہ ایک بار

اس خوشبو اور ذائقے کے متوالوں کے لئے کسی بھی فاسٹ فوڈ سینٹر کے قریب سے گزرتے وقت بھی خود پر قابو پانا یا خود کو بہلانا بہت مشکل کام ہوتا ہے۔ لیکن یہ ذائقہ اور یہ غذا ہمارے جسمانی میٹابولزم کو بگاڑ کر رکھ دیتی ہے۔ اس بات کا شعور ہم میں سے کتنوں کو ہے؟ آپ مہینے میں ایک بار صحت کے بگاڑ کا ارادہ کر سکتے ہیں تو چوائس آپ کی ہے۔ صرف ایک بار جنک فوڈ کھا لیں آپ کا جسم آپ کا مشکور و ممنون ہو گا، ورنہ ذیابیطس ٹائپ 2 اور بلڈ پریشر میں اضافے کے لئے راہ ہموار کر لیں، سوچ لیں کیا کرنا ہے؟

5۔ دوست بنائیں اور Hug کیا کریں تاکہ پریشانی گھٹے

جسمانی اور ذہنی قرب ڈپریشن سے نجات دلاتا ہے مگر اس کے لئے کسی کے قریب آنا اور اس سے محبت کرنی پڑتی ہے۔ بے غرض ہو کر بچوں سے پیار کیجئے، انہیں لپٹائیے، Hug کیجئے، اپنے دوستوں سے خیر سگالی کے جذبات کا اظہار کیجئے تاکہ آپ کا دھیان بٹے۔ نفرتوں اور فاصلوں سے طبیعت کی بے چینی، اضطراب، بے سکونی اور ڈپریشن میں اضافہ ہوتا ہے، کمی کرنی ہے تو بے غرض ہو کر بھلائی کی نیت سے لوگوں کے قریب آئیں۔ ہم سب ایک مخصوص ہارمون جسے cuddle کہتے ہیں اسے محبت اور التفات کے جذبات کے ذریعے بیدار کر کے بلڈ پریشر نارمل رکھ سکتے ہیں اور پریشانیوں سے بچ سکتے ہیں۔ جہاں محبت ہوتی ہے وہاں ضد، نفرت اور انا کا گزر تک نہیں ہوتا خود اپنے من میں ڈوب کر سراغ زندگی پائیے۔ کیا آپ واقعی کسی سے محبت کر سکتے ہیں تاکہ خود صحت مند رہ سکیں تو پہلی فرصت میں خود اپنے آپ پر سرمایہ کاری کر لیں۔

6۔ 30 منٹ کی دھوپ سینکنا بڑی نعمت ہے صاحبو

جو لوگ ورزش نہیں کرتے وہ اگر روزانہ 30 منٹ تک نرم دھوپ سینک لیا کریں تو ان کی ہڈیوں میں توانائی آ سکتی ہے۔ یہ ہے کہ قدرتی وٹامن D اور اگر ایسی خواتین جو کولڈ ڈرنک پینے کی عادی ہوں خاص کر انہیں دھوپ ضرور سینکنی چاہئے۔ فزی ڈرنک ہڈیوں کو گلاتے ہیں۔ اگر آپ سورج کی روشنی سے گھبرائیں گی تو بہت جلد جوڑوں کے دردوں اور بھربھرے پن کی بیماری میں مبتلا ہو سکتی ہیں، ہاتھوں اور چہرے کو بچا کر دھوپ میں پیدل چلنا پڑے تو گھبرائیں مت اور اپنی غذا میں کم چکنائی والا پنیر شامل کر لیں تو یہ غذائی نسخہ آپ کی کمزور ہڈیوں کی بھرپور نگہداشت کر سکتا ہے۔

جوڑوں کی تبدیلی ناگزیر ہو جائے تو......

دانتوں کے بعد اب کولہے اور گھٹنے کے جوڑوں کا امپلانٹ مسئلہ نہیں رہا

درخشاں فاروقی

اوسٹیو آرتھرائٹس ترقی پذیر ملکوں میں پائی جانے والی جوڑوں کی عام بیماری ہے۔
ایک تحقیق کے مطابق شمالی علاقوں میں پاکستانی شہریوں میں گھٹنے کے امراض کی شرح 3.1 سے 4.6 فیصد ہے۔ دیہی علاقوں میں یہی شرح 3.6 فیصد ہے۔ اس کے مقابلے میں بھارت کے شہری علاقوں میں اس کی شرح 12.2 فیصد جبکہ دیہی علاقوں میں یہی شرح 5.1 فیصد ہے۔

بیماری کی وجوہ

ہڈیوں کے کناروں پر موجود کارٹیلیج یا نرم ہڈی کا گھلنا اور ختم ہونا ہے جس کی وجہ سے مریض کو جوڑوں میں شدید درد محسوس ہوتا ہے۔ یہ ان جوڑوں کو متاثر کرتا ہے جو جسم کا وزن اٹھاتے ہیں، مثلاً کولہے اور گھٹنے وغیرہ۔
ایسے روزگار یا کام جن میں بار بار گھٹنوں کو موڑنا پڑے یا ایک ہی حالت میں کرسی میز کے گرد بیٹھ کر کام کرنے، بالکل نہ چلنے یا بہت زیادہ چلنے، موٹاپا، جسمانی مشقت، جینیاتی اور نسلی عوامل یا کیلشیم پائروفاسفیٹ ڈائی ہائیڈریٹ کا جسم کے اہم جوڑوں میں جمع ہو جانا اور جوڑوں کے مائع میں کرسٹل بننے لگنا یا ریومیٹائڈ آرتھرائٹس (گٹھیا) ہڈیوں کی کوئی پرانی چوٹ کے نتیجے میں ہونے والا انفیکشن، ٹی بی، ہڈیوں کو خون کی فراہمی میں کمی یا جوڑوں کے حصے میں کوئی پرانا فریکچر بھی آرتھرائٹس کی وجہ ہو سکتا ہے۔

علامات

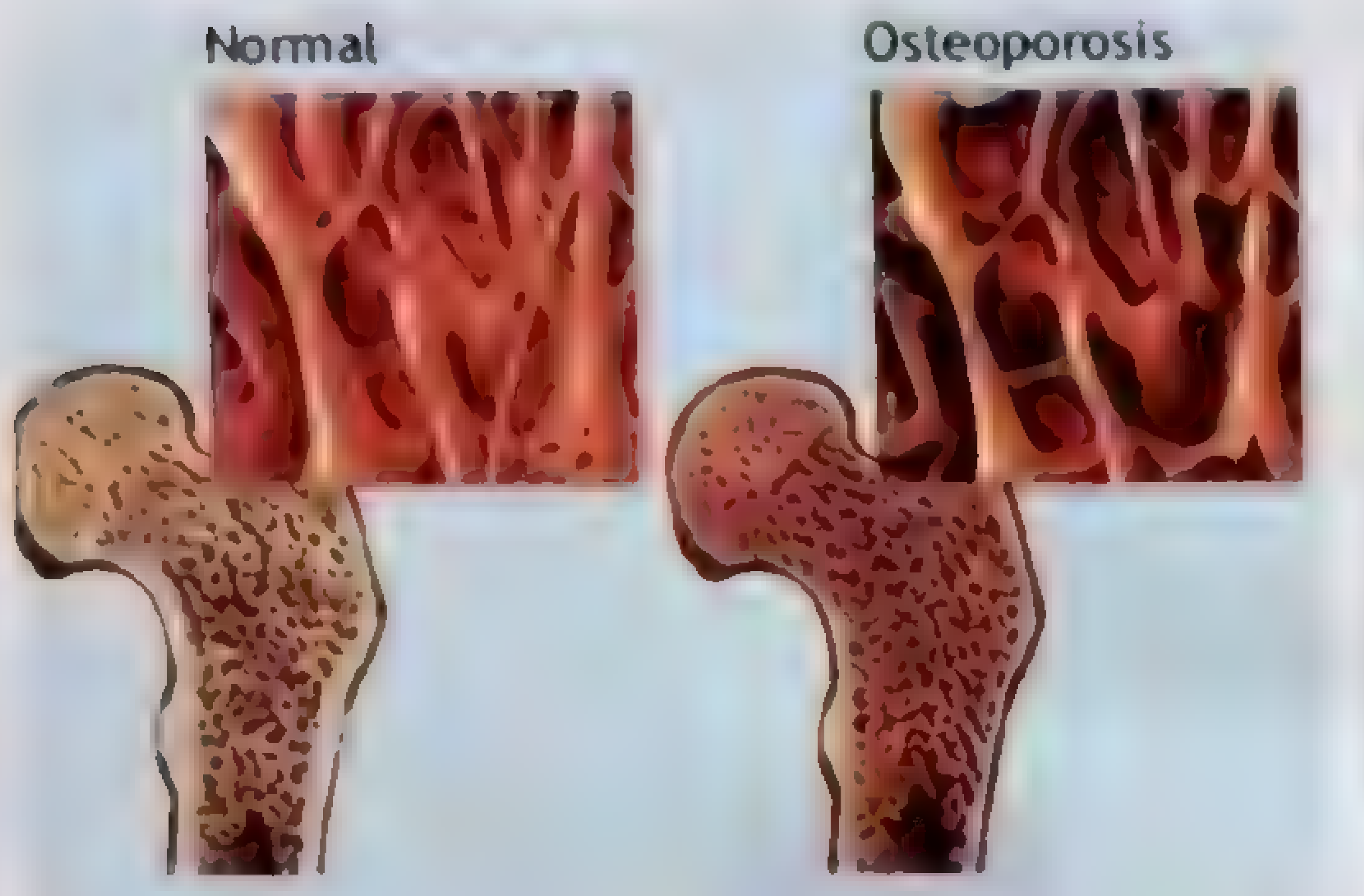
بے خوابی کا بڑھ جانا، ڈپریشن، عضلاتی درد اور جوڑوں میں سخت آرتھرائٹس کی عام علامات ہیں، جن کا آغاز بتدریج ہوتا ہے۔ صبح سویرے بستر سے نکلنے میں تکلیف ہونا، لباس تبدیل کرتے وقت یا سیڑھیاں چڑھتے وقت، ڈبلیوسی پر اٹھنے بیٹھنے میں تکلیف ہونا، کرسی پر زیادہ دیر بیٹھنے سے درد کا ہونا عام علامتیں ہیں۔

علاج کا آغاز وزن میں کمی سے کیا جاتا ہے تاکہ جسمانی حرکت میں بہتری لانے میں مدد ملے۔ جسمانی ورزش مرض کی شدت کو خاصا کم کر سکتی ہے بلکہ اس کے بڑھنے کی رفتار کو بھی کافی سست کر دیتی ہے۔

اگر آرتھرائٹس اس حد تک بڑھ جائے کہ جوڑ میں چکنائی بہت کم یا ختم ہو جائے اور ہڈی سے ہڈی رگڑنے کا عمل شروع ہو جائے تو جوڑ کا آپریشن واحد حل ہوتا ہے، لیکن ماہرین کہتے ہیں کہ آپریشن کے نتائج اسی وقت بہترین ہوتے ہیں جب مریض ابتداء ہی میں آپریشن کروالے، تاخیر ہو جائے تو ادویات اثر نہیں کرتیں۔ پٹھوں کی کمزوری بڑھ جائے تو چلنا پھرنا دوبھر ہو سکتا ہے۔

Total Replacement

امریکا کے بعد اب پاکستان میں بھی کولہے اور گھٹنوں کے جوڑ کی تبدیلی کے آزمودہ اور کامیاب آپریشنز ہونے لگے ہیں۔ صرف امریکا ہی میں ہر سال کولہے کے جوڑ کی تبدیلی کے 230,000 سے زائد جبکہ گھٹنے کے جوڑ کی تبدیلی کے 475,000 سے زائد آپریشنز کیے جاتے ہیں۔ پاکستان میں ہر سال 1600 آپریشن کیے جاتے ہیں۔



جدید طبی تربیت یافتہ سرجنز، امپلانٹ ڈیزائن، جدید میٹل کوالٹی اور آپریشن کی سہولت مہیا کر رہے ہیں لیکن خدانخواستہ اگر کسی کو یہ آپریشن کروانا پڑے تو تسلی کر لی جائے کہ مجوزہ ڈاکٹر ماڈرن ڈے اسپشلائزڈ فیلوشپ تربیت کا حامل ہے یا نہیں۔ یہ استفسار صرف امپلانٹ کی پائیداری بلکہ آپریشن کے بہترین نتائج کی بھی یقین دہانی کراتا ہے۔

> اگر آپ اگلے 25 برس تک چاق و چوبند انداز میں زندگی گزارنا چاہتے ہیں تو ہر پل اپنی صحت کی فکر کیجئے

اعضاء کے جوڑوں کی یہ تبدیلی مصنوعی جوڑ (پروتھیسس) کے ذریعے عمل میں آتی ہے۔ جدید امپلانٹ ڈیزائن اور آپریشن کے ترقی یافتہ طریقوں کی وجہ سے دیرپا بحالی کی شرح میں بھی اضافہ ہوا ہے۔ اب 90 سے 95 فیصد مریض اطمینان بخش نتائج کی توقع کر سکتے ہیں۔ ان نتائج کا اثر 15 سے 25 برس تک برقرار رہتا ہے۔ امپلانٹ کو قائم رکھنے کے لئے ہڈی کا سیمنٹ یا پریس فٹ ٹیکنالوجی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ ایسے جدید ڈیزائن بھی دستیاب ہیں جن کی وجہ سے گھٹنے 140 سے 150 ڈگری تک گھوم سکتے ہیں۔ خاص طور پر برصغیر کے باشندے گھٹنوں کو موڑ کر، فرش پر بیٹھنے اور نماز کی ادائیگی اسی طرح گھٹنے حرکت دے کر کرتے ہیں۔ لہٰذا اس نئی ٹیکنالوجی کی وجہ سے حرکت کرنے کی آزادی ملتی ہے۔ فرش پر بیٹھ کر مختلف امور کی انجام دہی میں درد یا تکلیف کا احساس نہیں ہوتا۔ آج کل مریضوں کی اکثریت کے لئے کولہے کے کپ یا ساکٹ میں پریس فٹ طریقے کو ترجیح دی جانے لگی ہے جبکہ ان کی ہڈی میں سیمنٹ لیس کے نتائج برابر ہیں۔ اسپشلائزڈ فیلوشپ تربیت یافتہ سرجن سے کروائی جانے والی جدید سرجری کے بہتر نتائج برآمد ہو رہے ہیں۔ ران کی ہڈی کے گولے مختلف بیئرنگ سطحوں کے ساتھ دستیاب ہیں جیسا کہ Ceramic اور Cross-Linked Polythelene Bearing Surface کا انتخاب مریض کی عمر، جسامت اور میٹل الرجی کے مطابق کیا جاتا ہے۔
اگر آپ چاہتے ہیں کہ اگلے 25 برس تک زیادہ چاق و چوبند انداز میں زندگی گزاریں تو صحت کی فکر کیجئے۔ ہڈیوں کا ٹیسٹ کروا کر کیلشیم اور وٹامن D کو غذا کا لازمی جزو بنائیں۔ ورزش ترک نہ کریں، ہلکی سے سخت ورزش تک آپ کے لئے کیا موزوں ہے اس کی جانکاری کے لئے اپنے فزیشن سے مشورہ کرتے رہئے۔ طرز زندگی کے بدلاؤ اعضاء کے جوڑوں کی تبدیلی سے کہیں زیادہ آسان اور مجرب نسخہ ہے۔ اگر جوڑوں کی تبدیلی ناگزیر ہی ہو جائے تو دو یا تین آرتھوپیڈک سرجنز سے رائے لے کر جدید ترین طریقے سے علاج کروائیں جس کی کامیابی کی شرح 90 فیصد سے زائد ہو۔

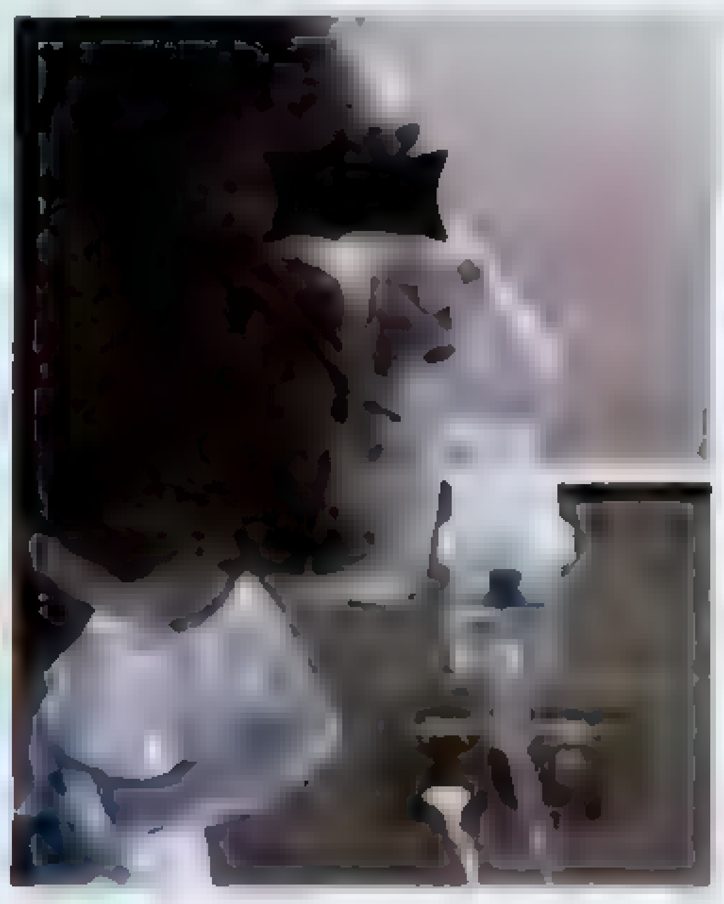
ایک چینل میں سمایا سارا جہاں!
urdu 1
sirf entertainment

الرجی سے بچاؤ

دمے سے تحفّظ

خشک موسم میں بچوں اور بڑوں کسی کو بھی دمہ ہوسکتا ہے۔ یہ الرجی کی ایک قسم ہے، جسے طبی اصطلاح میں Bronchial Asthma کہتے ہیں۔ بیماری کوئی بھی ہو تکلیف دہ ہوا کرتی ہے۔ سینہ جکڑ اجانا اور پھیپھڑوں سے سیٹی کی آواز کا آنا، ساتھ ہی ساتھ سانس لینے میں سخت دشواری ہونا دمے کی علامتیں ہیں۔ تکلیف بڑھ جائے تو دورے کی شکل بھی اختیار کرسکتی ہے۔ سانس کی نالی میں تنگی ہونے، پٹھوں کے تشنج اور سانس کی نالی میں گاڑھی رطوبت (بلغم) جمع ہونے سے سوزش بڑھتی ہے۔

اس عارضے میں ماحول کے ساتھ ساتھ وراثت کا بھی بڑا عمل ہے۔ کسی زمانے میں برطانیہ، آسٹریلیا اور نیوزی لینڈ میں یہ مرض سننے میں آتا تھا۔ اب دنیا کے ہر دوسرے ملک میں کم یا زیادہ شرح دیکھنے میں آتی ہے، مگر اب بھی ملائیشیا اور چین میں سب سے کم شرح نوٹ کی گئی ہے۔



ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ پھیپھڑوں کی کوئی دیرینہ بیماری بھی اس کا سبب ہوسکتی ہے۔ اس کے لئے عمر کا تعین نہیں کیا جاتا، یہ کسی بھی عمر میں ہوسکتی ہے۔ لیکن بلوغت کی عمر میں یہ مرض لڑکیوں کی نسبت لڑکوں میں زیادہ پایا جاتا ہے۔ اس کی ایک ہی وجہ سمجھ آتی ہے کہ ان میں وائرس کا حملہ، سانس کی نالیاں چھوٹی ہونے کے باعث جلدی جلدی ہوتا ہے۔

دمے کے عوامل

جو عوامل دمے کی بیماری کے سبب بنتے ہیں ان میں اچانک موسم کی تبدیلی، گرد و غبار، سگریٹ نوشی، زیادہ تیز خوشبو کا استعمال، پولن (پھولوں کے زیرے یا زرگل) اپنی بساط سے زیادہ محنت دباؤ، ورزش یا جوڑوں کے دردوں کی ادویات متواتر کھاتے رہنا بھی ہوسکتے ہیں۔ بعض ادویات معدے میں تیزابیت کو اچھالتی ہیں اسی طرح نالیوں کی آلودگی اور بچپن میں بار بار نمونیہ ہونا بھی دمے کا باعث بنتا ہے۔

اگر آپ کے بچے میں wheezing کے ساتھ کھانسی اور سانس اکھڑنے کی شکایت ہو تو اور اکثر ایسا رات میں یا علی الصبح بیدار ہونے پر ہوتا ہے، یا نومولود کی پسلیاں چلنے لگیں اور دل کی دھڑکن کے ساتھ ساتھ نبض بھی تیز ہوجائے اس قوتِ گویائی میں کمی اور پسینہ زیادہ آنے لگے تو خون کا ٹیسٹ اور ایکسرے کرانا لازمی ہوجاتا ہے۔ اس لیے دیر نہ کی جائے بلکہ فوراً سینے کے امراض کے ماہر سے رجوع کرلیا جائے۔

احتیاطی تدابیر

ہر وہ چیز جو الرجن ہو، یعنی جسم اور خون میں الرجی پیدا کرتی ہو اس سے بچا جائے۔ پالتو جانوروں، کتوں، بلیوں، پرندوں اور ان کے پروں سے بھی احتیاط کی جانی چاہیے۔ پرندے جب اپنے پر جھاڑتے ہیں تو اس میں بھی الرجی کے اثرات ہوتے ہیں۔ اسی طرح قالین پر جمنے والی مٹی بھی اس بیماری کا سبب بنتی ہے۔ بچے بلیاں پالیں تو ان کے انتہائی قریب نہ ہوں اور گود میں بٹھا کر نہ کھیلیں۔ بلی کے لئے کہا جاتا ہے کہ یہ گھر چھوڑ جائے تو بھی چھ ماہ تک الرجی کے اثرات گھر میں موجود رہتے ہیں۔ اسی طرح سگریٹ نوشی سے پرہیز ضروری ہے، خاص کر بچوں کے قریب بیٹھ کر سگریٹ نہیں پینی چاہیے۔ اس کا دھواں بھی خطرناک ہے۔ حفاظتی ٹیکے دمے کا مؤثر علاج نہیں۔ البتہ ماں کا دودھ ایسا انمول اور بیش بہا تحفہ ہے جو اس مرض سے بچاؤ کرسکتا ہے۔

نیبولائزیشن یا بھاپ لگانا ایک آسان، سہل اور سستا علاج ہے، جو کلینک کے علاوہ گھر پر بھی کیا جاسکتا ہے

بلڈ پریشر کی کچھ ادویات سانس کی نالیوں کو تنگ کرنے کا سبب بنتی ہیں اور کچھ کھانسی پیدا کرتی ہیں۔ ان کے استعمال سے سانس کے عارضے لاحق ہوتے ہیں، لہٰذا انہیں کم یا قطعی طور پر استعمال سے گریز کرنا چاہیے۔ کیمیکل کی بھاپ اور تیز پرفیوم سے پرہیز ضروری ہے۔ عدم توجہی، ادھورا علاج مریض کی حالت مزید بگاڑ سکتا ہے۔

دمے کا علاج

اس علاج کے ضمن میں کہا جاتا ہے کہ خاصی پیش رفت ہوئی ہے۔ نیبولائزیشن یا بھاپ لگانا ایک آسان، سہل اور سستا علاج ہے، جو کلینک یا گھر پر کیا جاسکتا ہے۔ تکلیف دہ عارضے میں اینٹی بایوٹک ادویات، آکسیجن اور انہیلر کی مدد سے قابو پایا جاسکتا ہے۔

انہیلر ہرگز بھی آخری دوا نہیں ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ اس کی معمولی اور کم مقدار میں خون اور پھیپھڑوں میں پہنچنے والی دوا انجکشن اور کھانے کی دوا سے کہیں زیادہ مؤثر اور کارگر ہوتی ہے۔ اس طریقہ علاج سے زیادہ ادویہ کھانے کے مضر اثرات سے بچا جاسکتا ہے۔

کئی برس سے Volumatic Space Device کا استعمال بھی رائج ہے۔ اسے سانس کے پمپ کے ساتھ لگا کر دوا کی پوری مقدار پھیپھڑوں کی نالیوں میں پہنچائی جاتی ہے۔

رات یا دن کے کسی بھی اوقات میں سانس کی تکلیف ہو تو فوراً ڈاکٹر سے رابطہ کرلینا چاہیے۔

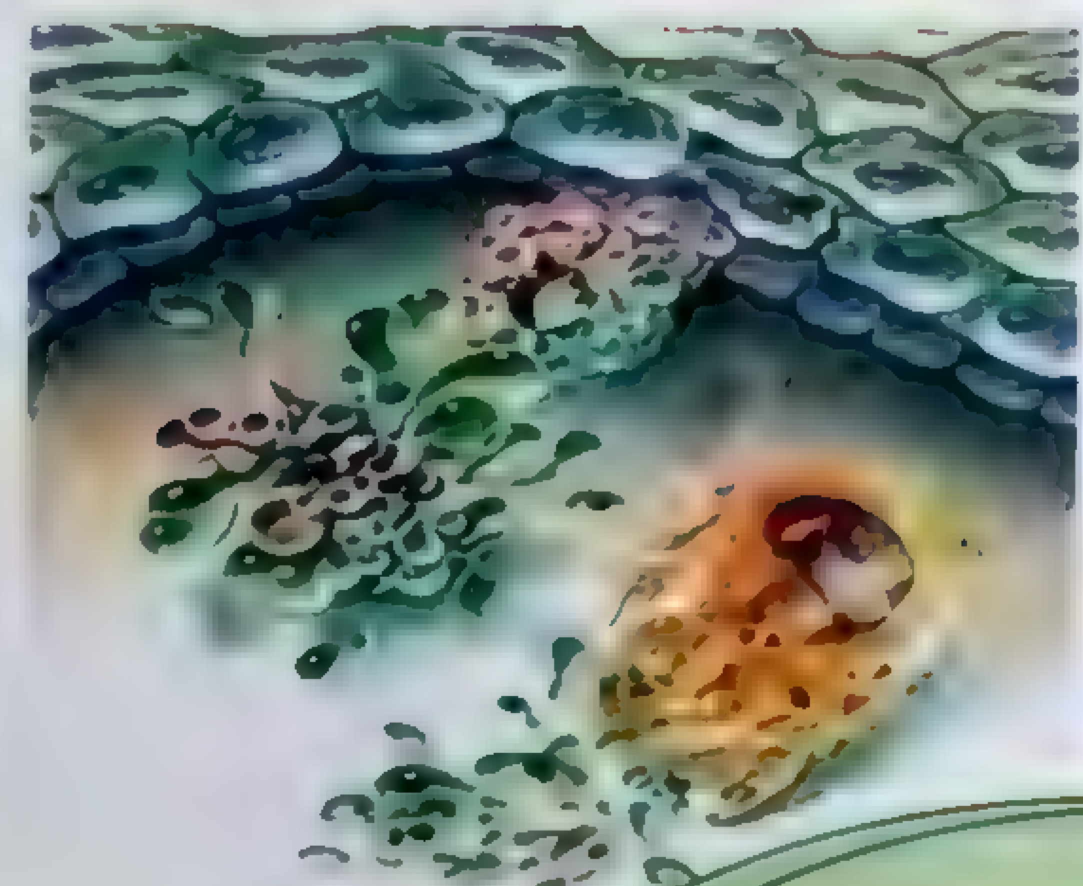
اب کینسر آپکی امنگیں نہیں چھین سکتا

چینی مارشل آرٹ کینسر سے لڑنے کا نیا ہتھیار

کینسر کے ساتھ زندہ رہنا پڑے تو کیا کرنا چاہیے؟ یہ سوال انتہائی اہم ہے۔ ایک موقع پر آپ اعصابی طور پر تھک سکتے ہیں، لیکن زندگی جیسی انمول نعمت کو ریت کی مانند اپنے ہاتھوں نہ نکلنے دیں۔ اگر اپنی غذائی عادتوں کے ساتھ ساتھ مکمل طرز زندگی کو بدلنا پڑتا ہے تو یہ ہرگز خسارے کا سودا نہیں۔

سب سے پہلے تو تمام نشہ آور غذاؤں یا مشروبات کو ترک کر دینا پڑے گا۔ پانی زیادہ پینا معمول بنانا ہوگا تا کہ جسمانی فاسد مادوں کا اخراج ہوتا رہے اور جسم میں دوران خون بہتر ہو۔

تازہ سبزیاں اور موسمی پھل جن میں ریشہ (فائبر)، وٹامن سی، ای اور اے موجود ہوں، غذا کا حصہ ضرور بنالیں۔ کیونکہ ریشہ جسم میں باقی رہ جانے والی چکنائیوں اور فاضل مادوں کو زائل کرنے کی صلاحیت رکھتا ہے۔ وٹامن سی اور ای سے مانع تکسیدی نظام کو رواں رکھنے میں مدد ملتی ہے۔ اینٹی آکسیڈنٹس پر مشتمل غذائیں کینسر سے مدافعت کو تحریک دیتی ہیں۔ قدرتی اینٹی آکسیڈنٹس غذاؤں میں بلو بیریز اور ہلدی کی اہمیت تسلیم کی جا چکی ہے۔ بڑھتی ہوئی عمر کے بچوں سے لے کر بوڑھے افراد تک کو روزانہ ایک گلاس دودھ میں چٹکی بھر ہلدی ملا کر پینے کو معمول بنالیں، سو بیماریوں اور جراثیم کے اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔



کیموتھراپی کے مراحل میں مریضوں کو بدہضمی کی شکایات ہوسکتی ہیں۔ ہلدی اور بلو بیریز کا استعمال آنتوں کے افعال کو بہتر بناتا ہے

کینسر سے متعلق طبی ماہرین کیموتھراپی کے مراحل میں نظام ہاضمہ کی درستگی کے لئے چینی طریقہ علاج ایکوپنکچر سے مدد لے سکتے ہیں۔ کیونکہ جدید تحقیق مختلف طریقہ علاج سے استفادے کو یقینی بنا رہی ہے۔ کیموتھراپی کے مراحل میں مریضوں کو بدہضمی کی شکایات ہوسکتی ہیں۔ ہلدی اور بلو بیریز کا استعمال آنتوں کے افعال اور خاص کر معدے کی تیزابیت کو کنٹرول کرتا ہے۔

کینسر کے ساتھ جینے میں خاصی مضبوط قوت ارادی کا ہونا ضروری ہے۔ تھکا دینے والی ورزشوں کے بجائے چہل قدمی کو عادت بنایا جا سکتا ہے اور چینی مارشل آرٹ کی مخصوص مشقوں (جن میں سانس کی درستگی اور عضلات کے تناؤ کو کم کرنے کی گنجائش نکلتی ہو) سے مدد لینی چاہیے۔

یہ مختلف ورزشیں جن میں سائیکلنگ بھی شامل ہے، اگر روزانہ کی جائیں تو دل کے امراض پر بھی قابو پایا جاسکتا ہے اور کینسر جیسی بیماری سے دفاع کے لئے بھی ان سے تحریک ملتی ہے۔ علاوہ ازیں یہ عضلات اور ہارمونل سسٹم کو تقویت پہنچاتی ہیں یہ خلیوں سے خارج ہونے والی پروٹین اور کینسر کی رسولیوں کی افزائش روکنے کی صلاحیت بھی رکھتی ہیں۔

کینسر کا علاج معالجہ وقت طلب ہوتا ہے۔ مسلسل اپنے معالج سے رابطے میں رہنا اور نئی یا کسی پیچیدہ تبدیلی کا فوری طور پر معائنہ کرنا ضروری ہوتا ہے۔

کوئی بھی نئی یا مختلف غذا یا طرز زندگی اپنے معالج کے مشورے کے بغیر نہ اختیار کی جائے حتی کہ ماہرین ورزشوں کے انتخاب کے لئے بھی ماہرانہ رائے لے لینے کا مشورہ دیتے ہیں۔ متبادل طریقہ علاج خواہ کتنا ہی سہل محسوس ہو، تب بھی کینسر کے مخصوص ماہر سے مشورے کے بعد اختیار کرنا چاہیے۔ سرجری یا کیموتھراپی کے مراحل میں خاص کر متبادل طریقہ علاج اختیار نہیں کرنے چاہئیں۔ یہ سود مند تو ہو سکتے ہیں، لیکن زندگی کا رسک نہ لینا ہی بہتر ہے۔

خود علاجی یا متبادل طریقہ علاج دونوں ہی فائدے کے بجائے نقصان دے سکتے ہیں۔

مہمان خانہ یا دیوان خانہ

تخلیقی انداز سے سجائیں

سعدیہ شفیق

کسی بھی گھر کی اندرونی سجاوٹ خاتون خانہ کی ذہانت اور جمالیاتی حسن کی عکاسی کرتی ہے۔ گھر ایک ایسی جگہ ہے جو بیک وقت خاتون خانہ کے ذوق، سلیقے اور گھر کے مکینوں کی مالی حالت کو ظاہر کرتا ہے۔

ہر خاتون اپنے گھر کو چاہے وہ چھوٹا ہو یا بڑا، دوسروں سے خوبصورت اور منفرد بنانا چاہتی ہے۔ اینٹ گارے سے بنائی گئی دیواریں، لوہے کے سریوں پر ڈالی گئی چھت اور لکڑی کے در و دریچے زمین کے ٹکڑے کو مکان کا درجہ تو دے دیتے ہیں لیکن حقیقت یہ ہے کہ گھر کی مالکہ اگر جمالیاتی ذوق کی مالک ہو تو وہ مکان کو مکینوں کے لئے گھر اور سکون کا ذریعہ بھی بنا دیتی ہے۔ گھر کی اندرونی آرائش صرف آج کے لوگوں کی پسند و ایجاد نہیں ہے بلکہ زمانہ قدیم کی بہت سی ایسی غاریں بھی دریافت ہو چکی ہیں جہاں پتھروں پر آڑھی ترچھی لکیریں، جانوروں، پھولوں، پودوں، پرندوں کی اشکال، نادر پتھروں سے تراشیدہ چیزیں وغیرہ اس بات کا ثبوت ہیں کہ گھر اور اس کی اندرونی آرائش ہمیشہ سے ہی انسان کے جمالیاتی ذوق کا حصہ رہی ہے۔

ہم میں سے اکثر لوگوں کی یہ فطری خواہش ہوتی ہے کہ اپنے گھر کو سجائیں، خصوصاً ڈرائنگ روم بہترین طریقے سے سجا ہوا ہوتا کہ آنے والوں پر بہتر تاثر چھوڑ سکے۔ ڈرائنگ روم جسے مہمان خانہ یا دیوان خانہ بھی کہا جاتا ہے۔ اس لئے اس کمرے کو اگر گھر کا دل کہا جائے تو بے جا نہ ہوگا، کیونکہ گھر میں آنے والے مہمانوں کے لئے یہ کمرہ خاص طور پر مخصوص ہوتا ہے، اس لئے اس بات کو مدنظر رکھ کر ڈرائنگ روم کے لئے وہ کمرہ منتخب کریں جو گھر کے مرکزی دروازے کے قریب ہو تا کہ مہمانوں کو سہولت سے بٹھایا جا سکے۔

ڈرائنگ روم کی سجاوٹ میں سب سے پہلے یہ بات مدنظر رکھیں کہ اگر یہ کمرہ وسیع ہے اور دیواروں پر ہلکے رنگ کا پینٹ ہے تو صوفے اور پردے گہرے رنگ کے استعمال کریں، جبکہ گہرے رنگ کے پینٹ کی صورت میں ہلکے رنگ کے چھوٹے سائز کے صوفے اور پردے استعمال کئے جائیں، تا کہ کمرہ وسیع اور روشن نظر آئے۔ کارپٹ بھی اسی مناسبت سے منتخب کریں۔ آج کل لکڑی کے جدید فرش، رنگا رنگ ٹیس ٹائلز اور ماربل فلور کو ترجیح دی جا رہی ہے۔ فرش اگر ایسا اور خوبصورت ہے تو پھر سارے کمرے میں قالین بچھانے کی ضرورت نہیں، صرف کمرے کے درمیانی حصے میں Rug وغیرہ بچھائیں، جس کی دیدہ زیب ورائٹی بازار میں دستیاب ہے، لیکن اگر چپس یا سیمنٹ کا فرش ہو تو پورے کمرے کو کارپٹ کرنا ہی بہتر ہے۔

کمرے کی لمبائی، چوڑائی اور گنجائش کو مدنظر رکھ کر فرنیچر کمرے میں رکھیں۔ فرنیچر کو اس ترتیب و سلیقے سے رکھیں کہ بے سکونی یا گھٹن محسوس نہ ہو، بلکہ فرنیچر آرائش کے ساتھ ساتھ بغیر کسی رکاوٹ کے رکھا جائے۔ کمرہ آرام دہ اور کھلا کھلا محسوس ہو، گنجائش ہو تو ڈائننگ ٹیبل رکھیں ورنہ کارپٹ پر مختلف سائز کے فلور کشن رکھ کر بھی سجایا جا سکتا ہے۔ یہ دیکھنے میں بھی بھلے لگتے ہیں اور ان کے نت نئے ڈیزائن بھی مارکیٹ میں موجود ہیں۔ مگر خیال رکھیں کہ کمرے کے مرکزی پینٹ کی مناسبت سے کشنز کا انتخاب کیا جائے، نیز اگر صوفوں کا رنگ گہرا ہے تو اس پر ہلکے رنگ کے کشن رکھیں جبکہ ہلکے رنگ کے صوفوں پر گہرے کشنز زیادہ نمایاں اور خوبصورت لگیں گے۔

زیادہ تر ڈرائنگ رومز میں دبیز پردے لگائے جاتے ہیں۔ ان کا ڈیزائن جتنا خوبصورت و دلکش ہوگا، آنکھوں کو اتنا ہی بھلا لگے گا۔

آرائش کے لئے استعمال ہونے والی دیدہ زیب اشیاء مقامی ہینڈی کرافٹس مارکیٹ میں باآسانی دستیاب ہیں

ہمیشہ فرنیچر یا قالین کے ہم رنگ پردے لیں یا پھر کشنز پردوں کے ہم رنگ رکھیں۔ اگر چھت نیچی ہے تو بہتر ہے کہ پردے کے ساتھ آرائشی جھالر کا استعمال نہ کریں، کیونکہ اس سے کمرہ مزید چھوٹا اور تنگ لگے گا اور گھٹن کا احساس ہوگا۔ ڈرائنگ روم سجاتے وقت آرٹ کے اصولوں سے ہم آہنگی، توازن، تسلسل وغیرہ کو مدنظر رکھیں۔ دیواروں پر مینا کی پینٹنگز لگائیں۔ آرٹیفیشل فلور پیپر، دلکش وال کلاک، آیات قرآنی اور دیگر آرائشی اشیاء سے کمرے کو سجائیں، مگر دھیان رکھیں کہ سجاوٹ اوور دکھائی نہ دے اور نہ ہی دیواروں کو بے تحاشہ چیزوں کی نمائش گاہ میں تبدیل کریں۔ صوفوں کے ساتھ سینٹر ٹیبل اور کارنر ٹیبل رکھیں۔ سینٹر ٹیبل پر چھوٹے چھوٹے شو پیس یا خوبصورت گلدان رکھیں، کارنر ٹیبل پر ایک اسٹینڈ رکھیں۔ کمرے کے کارنر پر مٹی سے بنے گلدان، منقش مرتبان یا اسٹینڈنگ لیمپ بہترین ڈیکوریشن پیس ثابت ہوں گے۔ ان ڈور پلانٹس کے ذریعے بھی

روشن اور خوش کن تاثر پیدا کیا جا سکتا ہے۔ کارنر کی خوبصورتی دوبالا کرنے کے لئے صرف ایک پودا بھی کافی ہے۔ مہنگے سے مہنگا ڈیکوریشن پیس وہ جاذبیت پیدا نہیں کر سکتا، جو محض یہ انڈور پلانٹ کر دیتے ہیں۔

اگر آپ کے پاس خاندانی روایات کی حامل اشیاء یا نوادرات وغیرہ موجود ہوں تو ان سے بھی کارنرز کو خوبصورتی سے سجایا جا سکتا ہے۔ ہماری ثقافتی اور دیسی آرائشی اشیاء بھی آپ کے ڈرائنگ روم کو کم پیسوں میں بہترین سجا سکتی ہیں۔ یہ کہنا بے جا نہ ہوگا کہ روایتی دیسی، ہندوستانی اور پاکستانی ہنرمندوں کی کاریگری اتنی منفرد اور شاندار ہے کہ اس کی نقل کہیں بھی نہیں کی جا سکتی حالانکہ پوری دنیا اس آرٹ کی پیروی کرتی ہے۔ ملتان، بہاولپور، خانیوال، سکھر، خیرپور، پشاور، کوئٹہ، گجرات، کشمیر کے دستکاروں کا کوئی بھی کام جیسا کہ شیشے، موتیوں، دھاتوں کی کاریگری، قالین، میزیں، آئینے اور سجاوٹ کی چھوٹی موٹی بے شمار اشیاء اپنے ہنرمندوں کی انفرادیت کا مکمل اور واضح ثبوت ہیں۔ یہی حال قبائلی علاقوں کی ہنرمندی اور کاریگری کا ہے۔ قبائلی علاقوں کے بنائے ہوئے زبردست ترکش، تیر اور کمان آپ کے ڈرائنگ روم کی سجاوٹ میں غیر معمولی کردار ادا کر سکتے ہیں اور اسے انفرادیت بھی بخش سکتے ہیں۔ آج کل مٹی کے ظروف جن پر منقش کام ہوتا ہے مختلف سائز اور رنگوں میں دستیاب ہیں۔ اس کے علاوہ تانبے اور پیتل کے ظروف آپ کے ڈرائنگ روم کی زینت بن کر انوکھی سج دھج عطا کر سکتے ہیں۔ فرش کی سجاوٹ کے لئے بھی دیسی اسٹائل کی بہت سی چیزیں مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ جیسے (jute) سے بنی چٹائیاں، غالیچے، دریاں وغیرہ۔ ان کا یہ بھی فائدہ ہے کہ ان میں گرد و غبار بھی دوسری مصنوعی سجاوٹی اشیاء کے مقابلے میں کم جمع ہوتا ہے۔ ان نادر نمونوں کو آپ دیواروں کی آرائش کے لئے بھی استعمال کر سکتی ہیں۔ غرض یہ کہ اگر آپ مندرجہ بالا باتوں کا خیال رکھتے ہوئے اپنے ڈرائنگ روم کی سجاوٹ کریں گی تو یہ خوبصورت اور منفرد لگنے کے ساتھ ساتھ آپ کے جمالیاتی ذوق اور تخلیقی صلاحیتوں کا مظہر بھی لگے گا۔ سو... اپنے ذوق اور صلاحیتوں کو بروئے کار لاتے ہوئے اپنے ڈرائنگ روم کو منفرد بنا کر گھر والوں اور مہمانوں سے داد پائیں۔

پُرکشش کپڑے کا مٹیریل ... گھروں کی آرائش کا بُنیادی نُقطہ

صوفے، پردے اور کشنز کے علاوہ بیڈ شیٹس کے کپڑے کی اقسام کیسی ہوں؟

رت آئی پھر تہواروں کی، جن کا بھرپور لطف اٹھانے کے لئے اپنے گھر سے صحت مندانہ طرز اپنا کرنا ضروری ہوتا ہے۔ اپنے ماحول، روٹین، عادات اور مزاج۔ اور آرزو کی عام اشیاء میں جہاں اور جیسی تبدیلی ممکن ہو کر لینی چاہئے۔ ان دنوں موسم بھی گرم ہے اور گرانی بھی حد سے بڑھ چکی ہے۔ جی چاہتا ہے کہ لباس، غذا اور طرز آرائش میں سادگی اختیار کی جائے اور ایسا اسٹائل کو پیدا ہو کہ پُرکشش بنانے کے بجائے سادہ اور دل آویز رکھا جائے۔ اگر ان دنوں آپ کا ارادہ ہے کہ پردوں اور صوفوں کے کپڑے تبدیل کریں گی۔ اگر نئے کاؤچ کورز اور بیڈ شیٹس لینے کا منصوبہ ہے تو اس سے مناسب وقت کوئی نہیں۔ آئندہ ماہ رمضان اور عید الفطر کی مصروفیات ہوں گی پھر آپ وقت اور شیڈول کی محتاج ہو جائیں گی اور کھلے دن میسر نہیں ہوں گے۔ خاص کر ماہ صیام میں آپ بازاروں میں گھوم پھر کر اپنی خریداری مکمل نہیں کر سکیں گی۔ چنانچہ اس وقت سے فائدہ اٹھائیں۔ گھریلو آرائش کے لئے کپڑے کے میٹریل کا انتخاب اصل معرکہ ہے، جسے ہر خاتون کو سر کرنا ہوتا ہے۔ کمرہ اسی کپڑے کے ڈیزائن، رنگ اور انتخاب کی بدولت چمک اٹھتا ہے۔ خوبصورت تراش خراش کا گھر انہی رنگوں کی وجہ سے نظر میں سماتا ہے۔ شروع میں دیواریں تو ہر گھر کی سادہ ہی ہوتی ہیں اور اس وقت تک سادہ رہیں گی جب تک ان پر خوبصورت نقش و نگار سے مزین کوئی وال ہینگنگ نہ آویزاں کر دی جائے یا پردوں کے کپڑے جاذب نظر نہ ہوں یا صوفوں، کشنز اور بستر کی چادروں کے علاوہ ڈائننگ ٹیبل کے کورز پُرکشش نہ ہوں تو بات نہیں بنتی۔

پہلے آرائش کا انداز طے کریں

یہ آپ نے گھر کو روایتی مشرقی تخیل سے سجانا ہے یا عہد وکٹوریہ کے انداز سے یا پھر جدید مغربی انداز ہی نگاہوں کو بھاتا ہے۔ اسٹائل کیسا ہی کیوں نہ ہو اصل میں کپڑے کے انتخاب میں چند بنیادی باتوں کا جاننا بہت ضروری ہے۔

کپڑے کی اقسام

عام طور پر سینتھیٹک اور نیچرل دو قسموں میں کپڑا دستیاب ہوتا ہے۔ قدرتی یا نیچرل ٹائپ میں اونی، سوتی، ہیمپ، لینن اور ریشمی شامل ہوتے ہیں۔ یہ نیچرل فائبر کپڑے کہلاتے ہیں۔ ایکریلک اور پولیسٹر کپڑے میں بھی بہت عمدہ ڈیزائن مل سکتے ہیں، جو نرم و ملائم اور سادگی کا تاثر دے سکتے ہیں۔ اپنے ہر کمرے کو حرارت آمیز، آرام دہ اور بے تکلفانہ تاثر دینے والا ہی نہیں بلکہ خوش آمدید کہتا ہوا بنانا چاہیں تو پردوں اور صوفوں کے کپڑوں کے انتخاب پر توجہ اور وسائل استعمال کریں۔ بجٹ کو تقسیم کر کے تھوڑی تھوڑی ہر چیز خریدیں تاکہ گھر متوازن نظر آئے۔ مرکزی نشست گاہ میں گھر کے مکینوں ہی کی نہیں، گھر میں داخل ہوتے ہی ہر کسی کی نظر جا ٹھہرتی ہے۔ سجاوٹ کے یہی زاویے گھر میں کشش کا سامان بنتے ہیں۔ کپڑوں میں مختلف فائبرز استعمال ہوتے ہیں، ممکن ہے کہ آپ کے صوفوں کے کپڑے میں پولیسٹر، کاٹن اور دوسرے سینتھیٹک فائبرز کا امتزاج پایا جاتا ہو۔ مائیکرو فائبر بھی ایک سینتھیٹک فائبر ہے جو قیمت میں کم نہیں ہوتا۔ کپڑا پسند آجائے تو دکاندار سے اس میٹریل کے بابت پوچھ لیا کریں۔ لیدر (چمڑے) کے صوفوں کی نشستوں کے لئے بھی کپڑے کا استعمال کیا جا سکتا ہے۔ یعنی پشت اور ہتھوں کے علاوہ سرہانے میں چمڑا استعمال ہوتا ہے جبکہ نشست کے لئے کشن کورز کپڑے کے استعمال ہوتے ہیں۔ ایسے صوفے بہت خوبصورت دکھائی دیتے ہیں جن میں متضاد یا ہم رنگ لیدر کے ساتھ پھولدار ڈیزائن کے میٹریل سے نشستیں سجائی جاتی ہیں۔ صوفوں کے کپڑے بھی کھڑکیوں کی ساخت اور پردوں میں استعمال ہونے والے رنگوں کے تناسب سے خریدنے ہوں گے۔ سرد اور گرم ملکوں کی طرز آرائش قطعاً مختلف ہوتی ہے۔ اسی طرح گرمیوں میں ہلکے رنگوں کے کپڑے کا استعمال نگاہوں کو بھلا لگتا ہے۔ اگر کوئی صوفہ یا دیوان عام روزمرہ کے استعمال میں آرہا ہے تو اسے مہنگے اور شوخ رنگ کے میٹریل سے سجانا درست خیال نہیں، اس کے لئے آپ سادہ سا سوتی کپڑا استعمال کر سکتی ہیں۔

کھڑکیوں اور چلمنوں کی آرائش

گھر کی آرائش میں ونڈو ٹریٹمنٹ بھی بنیادی اہمیت رکھتی ہے۔ کیا اسے بھی کلاسیکی آرائش پر مبنی ہونا چاہئے یا ماڈرن اور روایتی کی مناسب خیال ہے؟ کپڑا پولیسٹر، کاٹن اور سلک کے امتزاج سے بھی بنتا ہے۔ اگر کمرے کو پُرکشش اور ڈرامائی آہنگ دینا مقصود ہو تو ویسا ہی کپڑا خریدیں۔ آج کل کپڑے کے علاوہ Venitian blinds (چلمنوں) کے استعمال کا رجحان بھی ہے۔ خاص کر باورچی خانے کی کھڑکیوں اور لاؤنج میں بھی انہیں آویزاں کیا جاتا ہے۔ یہ متعدد رنگوں اور ڈیزائنوں میں دستیاب ہوتی ہیں، لیکن ہر کمرے میں ان چلمنوں کو استعمال نہ کریں۔ ہر کمرے کے استعمال کا تقاضا اور ضرورت مختلف ہوتی ہے۔ کھانے کے کمرے کو اسی تھیم سے سجایئے کہ وہ کھانے والا کمرہ ظاہر ہو۔ مرکزی ڈرائنگ روم کسی قدر پُرتعیش اور اعلیٰ درجے کی آرائش پر مبنی ہو سکتا ہے، ماسٹر بیڈ روم بھی قدرے پُرتعیش اور زندگی کے شوخ رنگوں سے عبارت ہو سکتا ہے، مگر بچوں کا بیڈ روم ان کی شخصیت اور بچپن کی سرگرمیوں سے ہم آہنگ ہونا چاہئے۔ ہر کمرے کی آرائش کی تخلیقاتی جاذبیت اس کی تھیم کو ظاہر کرتی ہے۔ اگر آپ اس کے برخلاف آرائش کریں گی تو یہ دیکھنے والوں کو نظریۂ ضرورت کے تحت کی جانے والی آرائش ظاہر ہو گی، اگر مختصر مکانیت کا مسئلہ درپیش ہے تو یہ ہمہ صفتی اضافی خوبی بھی جائے گی۔ ورنہ اسے بدسلیقگی سمجھا جائے گا۔

وال ہینگنگ

اپنے یہاں کی روایتی آرائش میں بُنائی اور سلائی کے ذریعے تیار کی جانے والی دیواری آرائش بہت عمدہ تاثر دیتی ہے۔ آپ اپنی پسند کے مطابق پھولوں یا خطاطی پر مشتمل وال ہینگنگ آویزاں کر سکتی ہیں۔ اس کے علاوہ Noah Ark وال ہینگنگ بچوں کے کمرے میں مناسب معلوم ہوگی۔ کھانے کے کمرے کے علاوہ وسطی لاؤنج میں یہ دیواری آرائش موزوں نہیں ہوتی۔

کشنز، تکیے کے غلاف اور کمبل

تکیے کے غلاف تو بستر کی چادروں کے ہم رنگ ہو سکتے ہیں۔ عام طور پر خواتین ان کا انتخاب گہرے رنگوں میں کرتی ہیں تاکہ لانڈری کے بعد بھی ان کے رنگ کافی مدت تک خراب نہ ہونے پائیں لیکن کشنز کے کوروں کو بہت احتیاط سے ترتیب دینے کی ضرورت ہے۔ کشنز کو گری آئٹم سمجھنا صحیح نہیں، یہ آرام کے ساتھ ساتھ آرائش خانہ کا تصور بھی پیش کرتے ہیں۔ بچے تمثیلی اشکال والے کشنز پسند کرتے ہیں اور ان کے کمروں کو تھیم سے سجانا اچھا بھی لگتا ہے۔

کپڑا پولیسٹر، کاٹن اور سِلک کے امتزاج سے بھی بنتا ہے، کمرے کو ڈرامائی آہنگ دینا مقصود ہو تو ایسا ہی کپڑا خریدیں

صوفوں اور بستر پر رکھے جانے والے کشنز بہت اچھی ساخت کے ہوں تو برسوں ساتھ دیں گے۔ ایسی پرانی رضائی جسے آپ کی دادی یا نانی جان نے اپنے ہزاروں ارمانوں سے کاڑھا یا سیا ہوگا اب اگر وہ اس حالت میں ہے کہ اس سے دو یا چار کشنز کے کور بنائے جا سکتے ہوں تو انہیں کام میں لے آئیے۔ پشت کا کور نئے کپڑے کا لگا کر پرانی رضائی کو از سر نو تیار کر کے اپنے سگھڑاپے کا ثبوت دیں۔ گھر کی آرائش رنگوں کی مرہون منت ہوتی ہے اور یہ رنگ اس میں استعمال ہونے والے کپڑوں کی کشش و جاذبیت کے محتاج ہوتے ہیں۔ بہتر آرائش کے اس بنیادی خیال کو لے کر گھر نئے زاویے سے سجا کر تہوار منایئے، جو یقیناً یادگار ثابت ہوں گے۔

بلوچی دستکاریاں

یہ کشیدہ کاریاں ہیں یا موتی ہیں آبدار سے……

سعیہ شفیق

ہمارا ملک پاکستان ہنر مندوں اور محنت کشوں کا ملک ہے۔ اس کے چاروں صوبوں کا منفرد طرز زندگی ہے۔ ہر صوبے کی اپنی دستکاریاں ہیں آج ہم بات کرتے ہیں بلوچستان کی دستکاری اور کشیدہ کاری کے نمونے دیکھیں تو اندازہ ہوتا ہے کہ تاریخ کے کتنے ہی ادوار اور نسل در نسل سینہ بہ سینہ منتقل ہونے والا یہ فن حسِ جمالیات، تخلیقی حسن اور خوبصورتی کے ساتھ یہاں تک پہنچا ہے۔ بلوچستان کی خصوصاً دیہی علاقوں سے تعلق رکھنے والی خواتین ان سینکڑوں اقسام کی گھریلو دستکاریوں اور کشیدہ کاری کے نمونوں کو انتہائی محنت، دلچسپی اور انہماک سے تیار کرتی ہیں ان کے ہاتھوں کا ہنر فن کارانہ انداز سے موتی اور دھاگوں سے لاتعداد ڈیزائن اور کتنی ہی کلر اسکیمز سے لاجواب شاہکار تیار کرتا ہے۔ یہاں کے ہنر مندوں کی دستکاریوں کی نہ صرف صوبے اور ملک میں مانگ ہے بلکہ بیرون ملک بھی انہیں برآمد کیا جاتا ہے۔ خاص طور سے خلیجی ممالک میں تو جیسے بلوچی دستکاریوں کا راج ہے۔

حکومت دستکاروں کو مناسب معاوضہ اور رہنمائی فراہم کرے تو ہمارا ملک یقیناً کثیر زرِ مبادلہ کما سکتا ہے

بلوچستان کی خاص دستکاری کشیدہ کاری ہے جو کپڑے پر بھی کی جاتی ہے اور چمڑے پر بھی، چمڑے پر ہونے والی کشیدہ کاری کو "چکان" کہا جاتا ہے۔ چمڑے پر کشیدہ کاری ایک چھوٹے سے اوزار کی مدد سے کی جاتی ہے جسے "کنڈی" کہتے ہیں۔ اس میں زیادہ تر ریشمی دھاگوں اور جاذب نظر رنگوں کا استعمال کیا جاتا ہے۔ جن چیزوں پر یہ دست کاری کی جاتی ہے ان میں مردانہ و زنانہ چپلیں، لیڈیز پرس، عینک کور، مختلف چیزوں کے غلاف وغیرہ شامل ہیں کپڑے پر ہونے والی کشیدہ کاری کو "دوچ" کہتے ہیں۔ یہ کام مکمل طور پر ہاتھ سے کیا جاتا ہے۔ مزے کی بات یہ ہے کہ جو خواتین کاری گر یہ کام کرتی ہیں وہ پنسل پیمانے سے کوئی لکیر نہیں لگاتیں، کوئی ڈیزائن نہیں چھاپتیں بلکہ خود سے ڈیزائن تخلیق کرتی ہیں۔ یہ کام زیادہ تر سلک اور اونی کپڑے پر کیا جاتا ہے ان کپڑوں پر دھاگوں سے کشیدہ کاری کے ساتھ ساتھ بڑی تعداد میں شیشے بھی لگائے جاتے ہیں۔ جس سے ان کپڑوں کی خوبصورتی کو چار چاند لگ جاتے ہیں۔

یہ کشیدہ کاری خواتین کے لباس، بیڈ شیٹ، شالوں، دوپٹوں، ٹوپیوں، پرس، ہینڈ بیگز، کشن کے غلافوں، ٹرے کورز وغیرہ بنائے جاتے ہیں ڈیزائن کے لحاظ سے اس کشیدہ کاری کی اور کئی اقسام ہیں جیسا کہ

تارو

اس قسم میں کپڑے پر بہت باریک اور چھوٹے ڈیزائن قریب قریب ہوتے ہیں۔ رنگوں کا انتخاب بڑی مہارت سے کیا جاتا ہے اور شیشے بھی لگائے جاتے ہیں۔

چدن ہار

یہ تقریباً سو سال پرانا ڈیزائن ہے جسے چھاپے کے بغیر محض ذہانت اور عرق ریزی سے بنایا جاتا ہے۔ اس میں کپڑے پر سوتی دھاگے سے کام کیا جاتا ہے۔

پنجہ گل

اس قسم میں کپڑے پر ہاتھ کے پنجے کے برابر گولائی اور مربع شکل کے ڈیزائن ہوتے ہیں۔ ہر ڈیزائن میں چار شیشے ضرور رکھے جاتے ہیں۔ یہ کام زیادہ تر قلات میں ہوتا ہے۔

اس میں زیادہ تر ریشمی دھاگے سے کشیدہ کاری کی جاتی ہے اور موٹے موٹے شیشے لگائے جاتے ہیں۔ یہ ڈیزائن زیادہ تر لورالائی میں بنایا جاتا ہے۔

یہ نہایت خوبصورت کشیدہ کاری ہے۔ اس میں کپڑے پر جو پھول بنائے جاتے ہیں۔ اس کے ہر پھول میں نو شیشے رکھے جاتے ہیں اسی لئے اسے نوشیشہ ڈیزائن کہتے ہیں اس سے زیادہ تر قمیض تیار ہوتی ہیں اور دوپٹے بھی بنائے جاتے ہیں۔ یہ کام زیادہ تر ڈیرہ جمالی میں ہوتا ہے۔

اس طرز کی کشیدہ کاری میں بھی زیادہ تر سوتی دھاگا استعمال کیا جاتا ہے۔ البتہ اسے دیدہ زیب بنانے کے لئے چھوٹے بڑے دونوں شیشوں کا استعمال کیا جاتا ہے یہ کام زیادہ تر شالوں پر ہوتا ہے یہ ڈیزائن زیادہ تر ڈیرہ جمالی اور قلات میں تیار ہوتا ہے۔

یہ کشیدہ کاری زیادہ تر قمیضوں پر کی جاتی ہے اور اس کی بیڈ شیٹس بہت پسند کی جاتی ہیں۔ ہنر مند بلوچی خواتین اس ڈیزائن میں رنگ اور ٹانکے ایسی مہارت سے استعمال کرتی ہیں کہ دیکھنے والا دم بخود رہ جاتا ہے۔ اس میں بھی شیشے لگائے جاتے ہیں۔ یہ کام زیادہ تر فاران نوشکی تفتان اور ماشکیل وغیرہ میں ہوتا ہے۔

ان تمام ورائٹیز کے علاوہ کونو رو، سورانی، جنگ وغیرہ بھی انتہائی دیدہ زیب ڈیزائن ہوتے ہیں۔

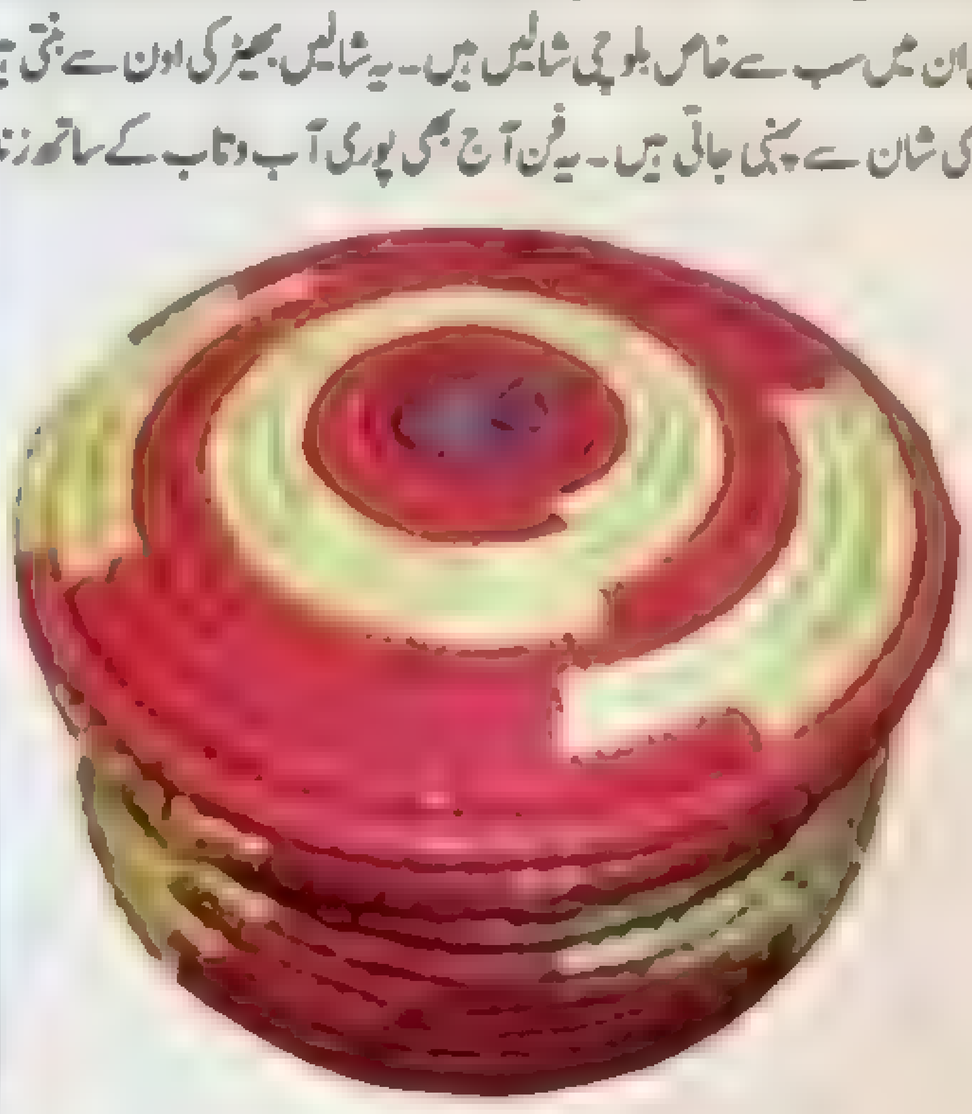
کشیدہ کاری کے علاوہ قالین بانی کی صنعت بھی بلوچستان میں زمانہ قدیم سے چلی آرہی ہے۔

بلوچستان میں ہنر مند ہاتھ سے نہایت اعلیٰ قسم کے قالین تیار کرتے ہیں جو امراء کے ڈرائنگ رومز کی زینت بنتے ہیں۔ یہ قالین نہایت دیدہ زیب ہوتے ہیں چھوٹے سائز کے بعض خوبصورت قالین فریم میں بند کر کے دفاتر، مہمان خانوں اور گھروں کے دیواروں پر بطور شو پیس بھی لگائے جاتے ہیں۔ ان قالینوں میں موری جل دار، پشین، اصفہانی، بختیاری، موری بخارا، اور کشان تبریز وغیرہ مشہور ہیں۔ اس کے علاوہ یہاں پائیدار اور خوبصورت جائے نماز بھی تیار کئے جاتے ہیں۔ بلوچی خواتین ہاتھ سے دریاں بھی بناتی ہیں اور گھریلو سجاوٹ کی اشیاء بھی "فیمی" ایک بالکل روایتی دری نما چیز ہے جس کو بچھانے کے لئے نہیں بلکہ گھر کے بستروں وغیرہ کو ڈھانپنے کے لئے بطور سجاوٹ استعمال کیا جاتا ہے۔ یہ زیادہ خاران اور چاغی میں بنائی جاتی ہے۔ ان علاقوں کی ہنر مند خواتین اون کو پہلے رنگتی ہیں اور پھر لمبائی اور چوڑائی ناپ کر موٹے اونی دھاگوں سے اسے بنتی ہیں۔ قسم قسم کے نقش و نگار بناتی ہیں۔ فیمی عموماً ایک مہینے میں تیار ہوتی ہے پھر اسے لپیٹنے کے لئے آس پاس کے گھروں سے سب خواتین اکٹھی ہوتی ہیں۔ یہ ایک قبائلی رسم ہے ورنہ اسے لپیٹنا اتنا مشکل نہیں ہوتا۔ یہ فیمی 10 سے بارہ ہزار روپے تک فروخت ہوتی ہے۔ بلوچستان میں دستی کھڈی پر مختلف اشیاء تیار کرنے کا کام بھی کافی عرصہ سے ہو رہا ہے۔ دستی کھڈی مشینوں پر شاندار اور خوبصورت دریاں، اونی کمبل، اونی کپڑا، اونی شالیں اور کاٹن کی شالیں بنائی جاتی ہیں لیکن ان میں سب سے خاص بلوچی شالیں ہیں۔ یہ شالیں بھیڑ کی اون سے بنتی ہیں اور بڑی شان سے پہنی جاتی ہیں۔ یہ فن آج بھی پوری آب و تاب کے ساتھ زندہ

ہے۔ گرم اونی شالیں خواتین دوپٹے کے طور پر بھی استعمال کرتی ہیں۔ یہ نہایت دیدہ زیب اور ملائم ہوتی ہیں۔ سادہ شال کے ساتھ خوبصورت نقش و نگار والی شالیں بھی تیار کی جاتی ہیں اس پر ریشمی اور سوتی دھاگوں سے خوبصورت نقاشی کی جاتی ہے۔ شالوں پر ٹھپے سے بھی کڑھائی کی جاتی ہے یہ شالیں مردوں کے ساتھ ساتھ بلوچی عورتیں بھی نہایت مہارت سے بناتی ہیں۔ بلوچستان میں تیار کی جانے والی شالیں پورے ملک میں نہایت ذوق و شوق سے سردیوں میں اوڑھی جاتی ہیں۔ لوگ ایک دوسرے کو تحفوں میں بھی انہیں دینا پسند کرتے ہیں۔ ان کی نفاست اور خوبصورتی کی وجہ سے بیرون ملک بھی انہیں بہت پسند کیا جاتا ہے۔ کھجور کے پتوں سے بنی ٹوکریاں، چٹائیاں اور دیگر آرائشی اشیاء بھی بلوچی دستکاریوں میں نمایاں مقام رکھتی ہیں۔ بلوچی خواتین بڑی نفاست اور نہایت محنت سے کھجور کے خشک پتے اکٹھے کر کے اس سے مختلف اشیاء بناتی ہیں جو پورے ملک میں پسند کی جاتی ہیں۔ بلوچستان میں سنگ مرمر سے آرائشی اشیاء بنانے کا فن بھی اپنے عروج پر ہے۔ چاغی سے نہایت اعلیٰ قسم کا سنگ مرمر نکالا جاتا ہے جسے کاریگر اپنے ہاتھوں سے تراش کر اس پر نقش و نگار بناتے ہیں۔ سنگ مرمر سے ایش ٹرے، ہاتھ نپ، میزیں اور ڈیکوریشن پیس بنائے جاتے ہیں جو گھروں اور دفاتر کی زینت بنتے ہیں۔ لکڑی، تانبے، کانسی سے بنے برتن اور آرائشی اشیاء بھی بلوچوں کی ہنر مندی کی امین ہیں۔ مختلف اوزاروں سے یہ ہنر مند مختلف اشیاء پر نہایت باریک نقاشی کرتے ہیں جو دیکھنے سے تعلق رکھتی ہے۔ ہاتھ سے بنے زیورات خصوصاً چاندی کے زیورات سندھی دستکاریوں میں نمایاں مقام رکھتے ہیں۔ دھات کو پگھلانے سے لے کر مختلف ڈیزائنوں میں ڈھال کر نقش و نگار بنانے تک کے تمام مراحل بنا کسی مشین کے ہاتھ سے انجام دیئے جاتے ہیں۔ بلوچی جھمکے پورے ملک میں خواتین نہایت ذوق و شوق سے پہنتی ہیں۔ ان زیورات کو بیرون ملک بھی برآمد کیا جاتا ہے۔ وہاں کی مقامی خواتین بھی منفرد نظر آنے کے لئے رغبت سے انہیں پہننے لگتی ہیں۔

بلوچستان کے ہنر مند نہایت اعلیٰ قسم کے قالین تیار کرتے ہیں جو ڈرائنگ رومز کی زینت بنتے ہیں

غرضیکہ ان دستکاریوں سے بلوچستان کی خوبصورت ثقافت اور روایات جھلکتی ہیں۔ یہاں منفرد ہنر سے آراستہ افرادی قوت موجود ہے۔ ان دستکاریوں سے ہنر مندوں کی محنت، صفائی، حسن تخلیق، فنی مہارت اور جمالیاتی ذوق کا بخوبی اندازہ ہوتا ہے۔ اگر حکومت ان دستکاریوں کے فروغ اور دستکاروں کو مناسب معاوضے کی شکل میں رہنمائی فراہم کرے تو یہ دستکاریاں ملک کے لئے کثیر زرمبادلہ کے حصول کا ذریعہ بن سکتی ہیں۔



واش روم کی تزئین کو بجٹ دوست بنالیں

دلکش ڈیزائن کا ایک پردہ بھی اسے نئی وضع قطع عطا کر دیتا ہے

درخشاں فاروقی

واش روم کی صفائی بنیادی اہمیت رکھتی ہے لیکن اس کے بعد انٹیریئر یعنی آرائش وزیبائش کا مرحلہ آتا ہے۔ بجٹ دوست کا مطلب یہ ہے کہ آپ تولیے، لائننگ، ایبال گلاس، پینٹ یا اسٹوریج کے لئے لی جانے والی کیبنٹس اور آئینے تک ہر چھوٹی بڑی ضرورت کی چیز کو خریدتے وقت خیال رکھیں کہ یہ بہت مہنگی نہ ہو لیکن مختلف اور تخلیقی انداز کی ہوں۔

ہر سال یا چند سالوں بعد وقتاً فوقتاً گھر کی ہر چیز ٹوٹی پھوٹی ہے یا بدرنگ اور بدوضع ہوتی ہے، دل سے اترتی ہے۔ تولیے لانڈری سے دھلوائے جائیں یا دھوبی سے، یہ بھی رنگ بدلتے ہیں اور پھٹتے بھی ہیں۔ سگھڑ خواتین کچن کی صافیوں اور پونچھے کے لئے پرانے تولیے ترش خراش کے بعد کام میں لے آتی ہیں، یوں واش روم کو نئے تولیوں کی ضرورت پڑتی ہے۔

تولیے کا کپڑا کیسا ہونا چاہیے؟

عام طور پر سفید تولیوں کو بچوں والے گھروں میں پسند نہیں کیا جاتا کہ یہ جلدی گندے ہوجاتے ہیں، یہ خواہ گہرے رنگوں کے ہوں ہر ہفتے تبدیل کرنا ضروری ہیں تاکہ میل کچیل اور جراثیم سے حتی الامکان بچاؤ ہوسکے۔ اس کا کپڑا دبیز ہو تو بہتر ہے یہ اسی قدر جاذب نظر ہوگا۔

تولیے کا ڈیزائن کیسا ہو؟

اگر آپ کھلا کپڑا لے کر اپنے کنبے کی ضرورتوں کے مطابق مختلف پیمائش سے تولیے بنالیں تو زیادہ مناسب ہوگا۔ بازار میں تیار رنگا رنگ تولیے بھی لئے جاسکتے ہیں لیکن کھلا کپڑا نسبتاً سستا پڑتا ہے اس کے بعد سلائی گھر میں ہوسکتی ہے۔ اگر کسی خاتون کو مشین ایمبرائڈری آتی ہو تو وہ تولیے کی ایک جانب اپنی تخلیقی صلاحیتوں کا اظہار کرسکتی ہیں یا اگر ریڈی میڈ پیٹرن ایپلک کی مدد سے چسپاں کرسکتی ہوں تو وہ کرلیں اور ایسے مختلف تولیوں کو مہمان خانے سے منسلک واش روم میں رکھئے یا پھر تہواروں اور تقریبات کے موقع پر نکالنا بہتر ہوگا۔ آپ کا Towel Rack اس نئی سج دھج کے ساتھ ہنرکاری کا ثبوت دے گا۔

واش روم سادہ ہی ہو تو بہتر ہے

بھرپور سجاوٹ کے لئے پورا گھر موجود ہے، واش روم کو سادہ ہی رکھنا اچھا لگتا ہے۔ اگر آپ Aquatic theme لے کر اس کمرے کو سجائیں گی تو اس کے لئے آپ کو خاصا لمبا چوڑا خرچ کرنا پڑے گا۔ آرائش سے زیادہ اس کی صفائی پر دھیان دینا ضروری ہوتا ہے۔ تعیشات اور سہولتیں اسی قدر ہوں جو نگاہوں کو بھلی لگیں۔ ان دیواروں کے رنگ اور ان پر بنے آرٹ ورک کو نسبتاً ہلکا ہونا چاہئے۔ اگر بچوں کے واش روم میں ربڑ کے پینگوئن اور دیگر کھلونے نمایاں رکھے جائیں تو بھلے لگتے ہیں لیکن چھوٹے اور مختصر رقبوں پر مشتمل واش رومز میں بالٹیوں، ڈسٹ بن، لوٹے یا ٹمنگ ٹب کی گنجائش نکل آئے تو بڑی بات ہے۔

> واش روم کو سادہ ہی رکھنا اچھا لگتا ہے
> اگر آپ Aquatic theme لے کر اسے
> سجائیں گی تو لمبا چوڑا خرچہ کرنا پڑے گا

ڈیزائن بھی ضروری ہے

اگر آپ کے واش روم میں ماربل، اینٹوں یا سرامک کا باتھ ٹب موجود ہے تو آپ اسٹیل کے راڈ کے ساتھ شاور کرٹن آویزاں کرسکتی ہیں۔

ایک وقت میں ایک ہی فرد واش روم استعمال کرسکتا ہے لیکن اگر کبھی کپڑے بھگو کر رکھنے ہوں اور اسی واش روم کو مہمانوں نے بھی استعمال کرنا ہو تو کسی حد تک یہ پردہ بہت سے راز چھپا دیتا ہے۔ اگر جمالیاتی پہلو سے دیکھا جائے تو دلکش رنگوں اور اچھے ڈیزائن کا ایک پردہ ہی واش روم کو نئی وضع قطع اور دلکشی عطا کردیتا ہے۔

صابن مائع شکل میں بھی ہوسکتا ہے

بھینی بھینی خوشبوؤں والے صابن آپ کے مزاج کی رومانویت کو ظاہر کرتے ہیں لیکن صابن دانیوں اور ان کا گھلنا اور استعمال کے بعد ٹکڑوں کی شکل میں رہ جانا بدذوقی اور بدسلیقگی کو ظاہر کرے گا کیوں نہ خوبصورت سا ایک ڈسپنسر لے لیا جائے اور اس میں مائع صابن (liquid) کی شکل میں محفوظ رکھا جائے۔ چھوٹے بچوں کو ڈسپنسر کے استعمال کا طریقہ ضرور سکھا دینا چاہئے، کہیں وہ آن واحد میں بہت سارا صابن ضائع نہ کردیں۔ خاص کر مہمانوں والے واش روم میں اسے ضرور رکھ دیں، یہ آپ کے ذوق سلیم اور جمالیات کا بھرپور اظہار ہوتا ہے۔ کچھ لوگ پر تعیش اشیاء سے بھی متاثر ہوتے ہیں۔

پاؤڈر روم کو ہر لحاظ سے مکمل ہونا چاہئے

خواتین زیادہ نفیس ہوتی ہیں یا مرد؟ اس بحث میں پڑے بغیر زنانہ واش روم کی اپنی ہی انفرادیت ہوتی ہے۔ یہاں نسوانیت جھلکتی ہے اور رومانوی سا احساس بھی دامن گیر رہتا ہے۔ ظاہر ہے کہ خواتین اپنی سلیقہ شعاری گھر کے ہر کونے سے ظاہر کرتی ہیں اور یہ پاؤڈر روم (زنانہ طہارت خانہ) بھی اسی مد میں شمار ہوتا ہے۔ یہاں ہاتھ دھو کر صاف کرنے والے تولیے الگ ہوں تو بہتر ہے کیونکہ مہمان عموماً کھانے کے بعد ہاتھ دھونے اسی خاص سجے ہوئے واش روم میں آتے ہیں تو انہیں آپ کا ذاتی تولیہ (نہانے کے مقصد کے لئے استعمال ہونے والا بڑا تولیہ) کیوں نظر آئے؟ انہیں صرف ہاتھ دھونے کے چھوٹے تولیے دستیاب ہونے چاہئیں۔

روم فریشنر یا خوشبو میں بسی موم بتیاں

واش روم کی ناگواریت ختم کرنے کے لئے تیار شدہ خوشبویات کا استعمال کیا جاتا ہے۔ خوشبودار موم بتیوں کا بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اگر یہ قیمتاً مہنگی ہوں تو سادہ سے روم فریشنر کہیں دیواری سہارے سے آویزاں کئے جاسکتے ہیں لیکن تیز خوشبویات کا استعمال نہ کریں، مقصد صرف ماحول کو معطر کرنا ہے اور اس حد تک معتدل ماحول مہیا کرنا ہے کہ جس سے اجنبی، مہمان یا خود آپ گھٹن محسوس نہ کریں۔ گھر کا ہر کونہ توجہ چاہتا ہے اگر آپ خوشگوار تاثر بحال کرلیں تو پورا گھر جنت نظیر ہوسکتا ہے۔ دراصل یہی گھر تو آپ کا تعارف مکمل کراتا ہے۔

کچن اسٹیشنری

دیدہ زیب کراکری، ضرورت ہم سب کی

جنگ، ہتھیاروں کے بغیر کیسے لڑی جاسکتی ہے؟ محبت کا اظہار پھولوں اور خوشبوؤں کے تحفے کے بغیر ادھورا سا لگتا ہے اور اپنے کچن کے بارے میں کیا خیال ہے؟ کیا کراکری اور برتنوں کے بغیر آپ کچھ پکا سکتی ہیں؟ زیرِ نظر تصاویر ملاحظہ کیجیے۔

لکڑی کے خوشنما اور دیدہ زیب برتن، رکابیاں، جو مختلف سائزز میں عام طور پر دستیاب ہیں۔ ان میں تواضع کی خاص اشیاء بھی رکھی جاسکتی ہیں مثلاً خشک میوے، چاکلیٹس، بسکٹس، نمکو، کیک، تل کے لڈو یا آپ اپنی پسند کے مطابق جو چاہیں سجا کر پیش کرسکتی ہیں۔

آپ کے گھر میں ایسے کافی مگ ضرور ہوں گے، جن کی رنگت اور خوشنمائی میں ہنوز فرق نہیں آیا ہوگا۔ انہیں ضائع کرنے سے بہتر ہے کہ آپ ان مگوں میں چمچے، کانٹے، چھریاں رکھ سکتی ہیں، جو آپ کے باورچی خانے کی خوبصورتی میں اضافہ کرے گا۔

ہاون دستہ آج بھی ہمارے روایتی باورچی خانوں کی ضرورت ہے۔ اگر آپ کچھ مصالحے پیسنے کے لیے گرائینڈر یا بلینڈر استعمال نہیں کرنا چاہتیں اور آپ کو موٹا کٹا ہوا مصالحہ درکار ہے تو ہاون دستہ سلیب پر کہیں سامنے رکھیں، تاکہ بہ وقت ضرورت فوری دستیاب ہو جائے۔

نان اسٹک فرائنگ پین جدید معاشرت اور حفظانِ صحت کے اصولوں کے عین مطابق کم سے کم روغن سے کھانے پکانے، تلنے و تڑکے لگانے کا سامان مہیا کرتے ہیں، لیکن ان میں پکاتے وقت لکڑی کے چمچے اور ڈوئیاں استعمال کریں اور کسی دھاتی تار سے ان کی صفائی ہرگز نہ کریں۔

آج بھی روایت پسند گھرانوں میں سل بٹہ موجود ہوتا ہے، آپ اپنے کچن میں ایک گوشہ سل بٹے کے لیے مخصوص کرسکتی ہیں، ان دنوں بھی جب کہ فوڈ فیکٹریوں کی وسیع رینج مارکیٹ میں دستیاب ہے، ان تمام سہولیات کے باوجود بعض مصالحے گھر میں ہی پیسے جاتے ہیں اور کھانوں میں ان کا الگ اور اچھوتا سا ذائقہ محسوس ہوتا ہے، پھر کیوں نہ ایسے پکوان بنیں کہ کھانے والے انگلیاں چاٹتے رہ جائیں۔

نوٹ: یہ تمام اشیاء پرانی انارکلی بازار لاہور، اچھرہ کے علاوہ بوہری بازار صدر اور گل پلازہ ایم اے جناح روڈ کراچی کے علاوہ برتنوں کی ہر بڑی مارکیٹوں میں دستیاب ہیں۔

گھر کا باغیچہ جمالیاتی ذوق کا نمونہ ہو

پھولوں کی آرائش میں بھی توازن کا دخل ہوتا ہے

ارم شفیق

دورِ حاضر میں مغربی طرزِ آرائش آپ کو حیران کر دیتی ہے اور یہ احساس ہونے لگتا ہے، مغرب ہم پر کتنا حاوی ہو چکا ہے۔ ہماری تعلیم اور طرزِ زندگی کے مختلف زاویے، ہمارا لباس، دفاتر، زبان اور کھانا پینا سب کے سب مغربی ہو چکے ہیں، لیکن ہم گھر کی اندرونی سجاوٹ کو اگر توازن میں رکھیں تو ماحول کافی منفرد نظر آئے گا۔ اس کے ساتھ گھر کے باغیچے کو منفرد انداز سے سجائیں نہ کہ وہاں پر بھی آبشاریں بنا کر اور بڑے بڑے گلدان رکھ کر جگہ پُر کر دیں۔ اس سے باغیچے کی رونق تو بڑھ سکتی ہے اور وہ بھی مغربی طرز کا دکھائی دے گا، لیکن اس میں وہ تازگی نہیں ہوگی جو روح کی ضرورت ہے۔ اس کا احساس بہت کم ہوگا۔ ایسا باغ ایک ہال کا نمونہ بھی پیش کر رہا ہوتا ہے۔

باغیچے کی رونق ہمیشہ درختوں اور پھولوں سے ہی دوبالا رہتی ہے اور ان سے زندگی اور ماحول دوست فضا کا احساس ملتا ہے۔ باغیچوں میں کھلے پھول انسانی زندگی اور شخصیت پر گہرا اثر ڈالتے ہیں۔ دنیا جس کو خالقِ کائنات نے انسانی مزاج اور نفسیات سے ہم آہنگ کرنے کے لئے خوبصورت رنگوں سے مزین کر دیا ہے۔ تحقیقات سے ثابت ہوا ہے کہ مختلف پھولوں کے رنگ اور ان کی خوشبو مختلف انداز میں گھر میں رہنے والوں کے مزاج پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ باغیچوں میں کھلے پھول اور فضا میں مہکتی اِن پھولوں کی منفرد خوشبو، انسانوں کو قدرت کے کرشموں کا نظارہ کرنے کا موقع دیتی ہے۔ باغیچوں میں کھلے رنگ برنگے پھولوں کو دیکھنے سے تازگی کا جو احساس ہوتا ہے اس کی وجہ سے بینائی، جسمانی تھکن، سر درد، کھانسی، خشک جلد اور بالوں کے مسائل میں کمی نمایاں طور پر اہم ہے۔

> زرد و پیلے رنگ کے پھول پسند کرنے والے افراد زندگی کے مختلف معاملات میں اُمید کا دامن نہیں چھوڑتے

باغیچوں میں کھلے مختلف رنگوں کے پھول

سرخ پھول

سرخ رنگوں کے پھول محبت اور دل کے حساس جذبات کی عکاسی کرتے ہیں اور لوگوں کو خود بخود اپنی طرف مائل کرتے ہیں اور ان پھولوں کا باغیچے میں ہونا اسے منفرد کرتا ہے۔ اگر ان پھولوں کے تمام پودوں کو باغیچے کے ایک حصے پر لگایا جائے تو باغیچے کا وہ حصہ نمایاں نظر

آئے گا اور دیکھنے والے کی نظریں وہاں ٹھہری نظر آئیں گی۔ سرخ رنگ کے پھول عام طور پر شادی بیاہ اور دیگر تقریبات میں استعمال کئے جاتے ہیں اور اگر سرخ رنگ کے پھول تھوڑے فاصلے پر لگائے جائیں تو ان سے بھی باغیچے کی رونق دوبالا رہتی ہے۔ جو لوگ زیادہ سرخ رنگ کے پھول پسند کرتے ہیں اور ان کے درمیان زیادہ وقت گزارتے ہیں ان کی سوچ اور خیالات میں انتشار ہوتا ہے اور وہ دوہری شخصیت کے حامل ہوتے ہیں۔ وقت اور حالات کے مطابق خود کو ڈھال لیتے ہیں۔

سفید پھول

سفید رنگ کے پھول باغیچے میں توازن کی علامت ہوتے ہیں۔ سفید رنگ کے پھول ماحول کو پرسکون بناتے ہیں۔ اگر باغیچے میں گہرے اور زیادہ رنگوں کے پھول ہوں تو ان میں سفید رنگ اپنی نمایاں حیثیت رکھتا ہے اور باغیچے میں تسلسل کو برقرار رکھتا ہے۔ سفید رنگ کے پھولوں کو پسند کرنے والوں کی فطرت بہت پُرسکون ہوتی ہے۔ وہ ہر معاملے کو آرام اور آہنگی سے انجام دیتے ہیں۔

پیلے پھول

ان رنگوں کے پھول دیکھنے والوں کو اپنی طرف مائل کرتے ہیں۔ باغیچے میں پیلے رنگ کے پھولوں کی موجودگی امید اور تفریح کے تصور کو پروان چڑھاتی ہے۔ ایسا نہیں کہ پیلے رنگ کے پھول باغیچے میں زیادہ رونق نہیں لگاتے۔ اگر ان کو ایک جگہ اکٹھا کر کے لگایا جائے تو یہ اچھے لگتے ہیں یا سرخ اور سفید رنگوں کے امتزاج کے ساتھ ان کو ملا کر لگایا جائے تو یہ ان میں اپنی منفرد حیثیت برقرار رکھتے ہیں۔ عام طور پر زرد اور پیلے رنگ کے پھولوں کو پسند کرنے والے لوگ زندگی کے مختلف معاملات میں امید کا دامن ہاتھ سے نہیں چھوڑتے۔

کاسنی پھول

اس رنگ کے پھول باغیچے میں گرم جوشی پیدا کرتے ہیں اور ان کی موجودگی دوسرے پھولوں کے رنگوں کو اُبھارنے میں مدد دیتی ہے۔ مثلاً اگر نارنجی رنگ کے پھولوں کو سفید رنگ کے پھولوں کے ساتھ ساتھ لگایا جائے تو منفرد نظارہ پیش کریں گے۔ نارنجی رنگ کے پھول انسانی شخصیت اور موڈ پر گہرے اثرات مرتب کرتے ہیں۔ عام طور پر نارنجی رنگوں کے پھولوں کو پسند کرنے والے لوگ خوش مزاج ہوتے ہیں۔

نیلے اور آسمانی پھول

نیلے اور آسمانی رنگ کے پھول باغیچے میں قدرتی نظاروں کا لطف دوبالا کر دیتے ہیں۔ نیلے رنگ کے پھول ماحول کو پُرسکون ظاہر کرتے ہیں۔ اگر پیلے رنگ کے پھولوں کو سفید رنگ کے پھولوں اور پیلے پھولوں کے ساتھ لگایا جائے تو باغیچے میں تسلسل کا احساس ملے گا۔ نیلے رنگ کے پھولوں کو پسند کرنے والے لوگوں کا مزاج دوستانہ ہوتا ہے۔ یہ ٹھنڈے مزاج کے ہوتے ہیں اور پیلے رنگوں کے پھول باغیچے میں وسعت کا احساس دلاتے ہیں۔

نارنجی اور ارغوانی پھول

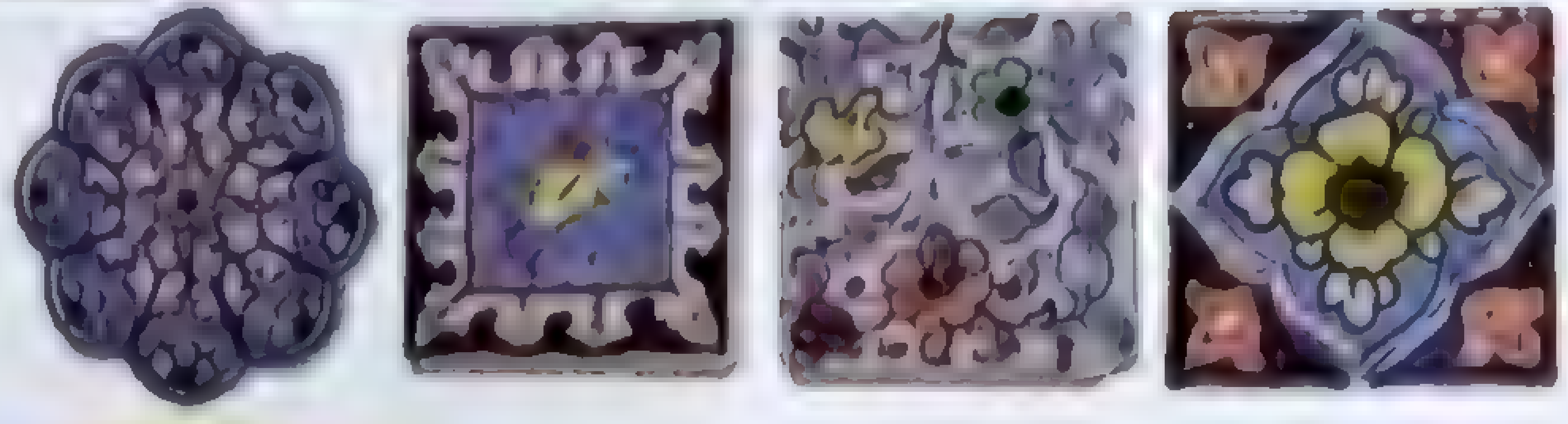
نارنجی اور ارغوانی رنگ کے پھول نگاہوں کو بھلے تو لگتے ہیں مگر سارے باغیچے میں ان رنگوں کے پھول لگا لینے سے فضا پرسکون نہیں رہتی۔ ماحول میں ناخوشگواریت کا احساس ہونے لگتا ہے۔ تیز دھوپ میں آنکھوں پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ ان پھولوں کو سفید اور پیلے رنگوں کے پھولوں کے درمیان لگایا جائے تو اچھا احساس ملتا ہے۔ عام طور پر اورنج رنگ افراد کے رویے میں تلخی کو ظاہر کرتا ہے۔

قدرت نے اپنے حسن کے کرشمے کا ایک نمونہ پھولوں کو بے شمار رنگوں سے نواز کر دکھایا ہے، جو انسان کی دسترس اور پہنچ سے بہت بڑھ کر ہے۔ بہار کی آمد کے ساتھ باغیچوں میں رونق آ جاتی ہے، ہر طرف قدرت کا انوکھا نمونہ پیش کرتے ہیں یہ پھول
ہر سال بہار کی آمد پر بڑے پیمانے پر مختلف باغات میں پھولوں کی نمائشیں لگائی جاتی ہیں، لوگوں کی گرم جوشی اور ان تقریبات کو سجانا اس بات کا ثبوت ہے کہ پھول چاہے کسی بھی رنگ کا ہو اس میں خوبصورتی ہوتی ہے اور دیکھنے والے کی نظر خود بخود اس پر ٹھہرتی ہے اور ان پھولوں کو ملا جلا کر لگایا جائے تو وہ تسلسل کا احساس بھی بھلا لگتا ہے۔

اور چاہئے نگہبانی بھی

گھر کے لگائے باغیچے میں پھولوں کی حفاظت ہمارا فرض ہوتا ہے۔ ان کو بروقت کھاد، پانی اور مناسب درجۂ حرارت فراہم کرنا ضروری ہے بھی نہیں کیڑوں سے بچانے کے لئے دوا کا استعمال کرنا پڑتا ہے۔ پھول بڑے نازک ہوتے ہیں، یہ بالکل شیر خوار بچے کی طرح ہوتے ہیں، جنہیں ہمارے شفقت اور توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ گملوں میں اُگ آنے والی خودرو جھاڑیاں صاف کرنا اور صفائی کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے۔
غرضیکہ یہ موسمی ہوں اور کسی بھی رنگ کے ہوں مناسب نگہداشت سے اچھے لگتے ہیں اور ایک اچھا سجا ہوا باغیچہ گھر کے افراد کے ماحول کو خوشگوار بناتا ہے۔

باغیچوں میں کھلے پھول، فضا میں مہکتی خوشبو انسانوں کو قدرت کے کرشموں کا نظارہ کرنے کا موقع دیتی ہے



کاشی کاری ہمارا ثقافتی ورثہ

جسے دیکھ کر دل میں اپنائیت کے پھول کھلنے لگتے ہیں

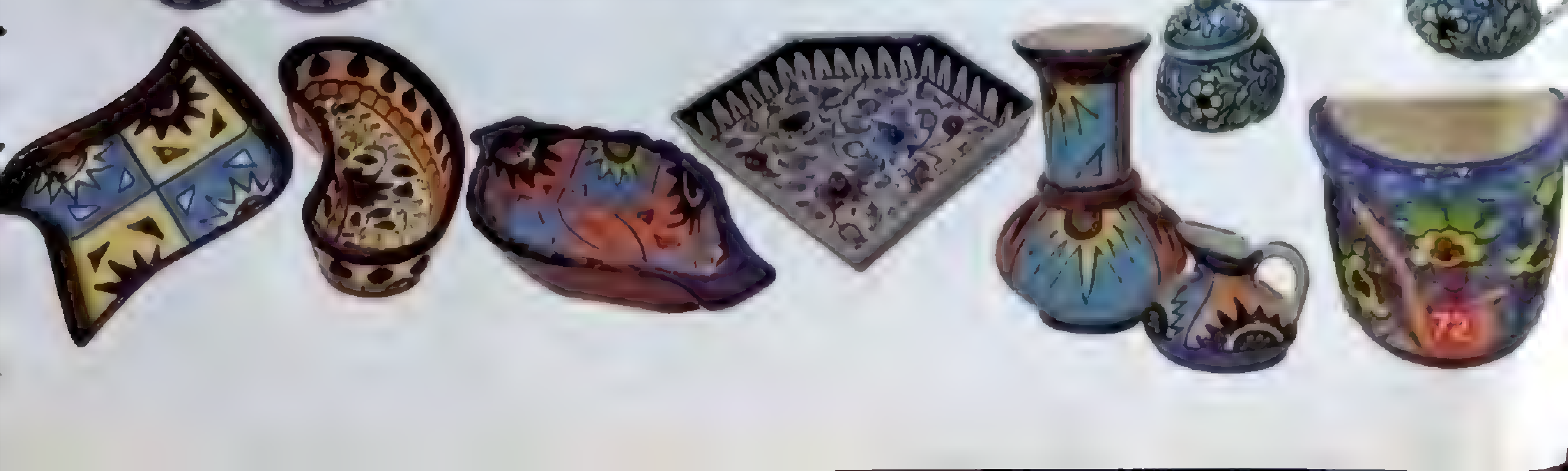
کہا جاتا ہے کہ کاشی کاری کا ہنر وسط ایشیاء اور منگولوں کے مقامی دستکاروں نے صدیوں پہلے متعارف کروایا تھا۔ شواہد یہ بھی بتاتے ہیں کہ یہ فن 1200 قبل از مسیح میں ایران میں دریافت ہوا۔ جبکہ چند روایتوں میں مغربی چین کے شہر ''Kashgar'' کا ذکر بھی ملتا ہے۔

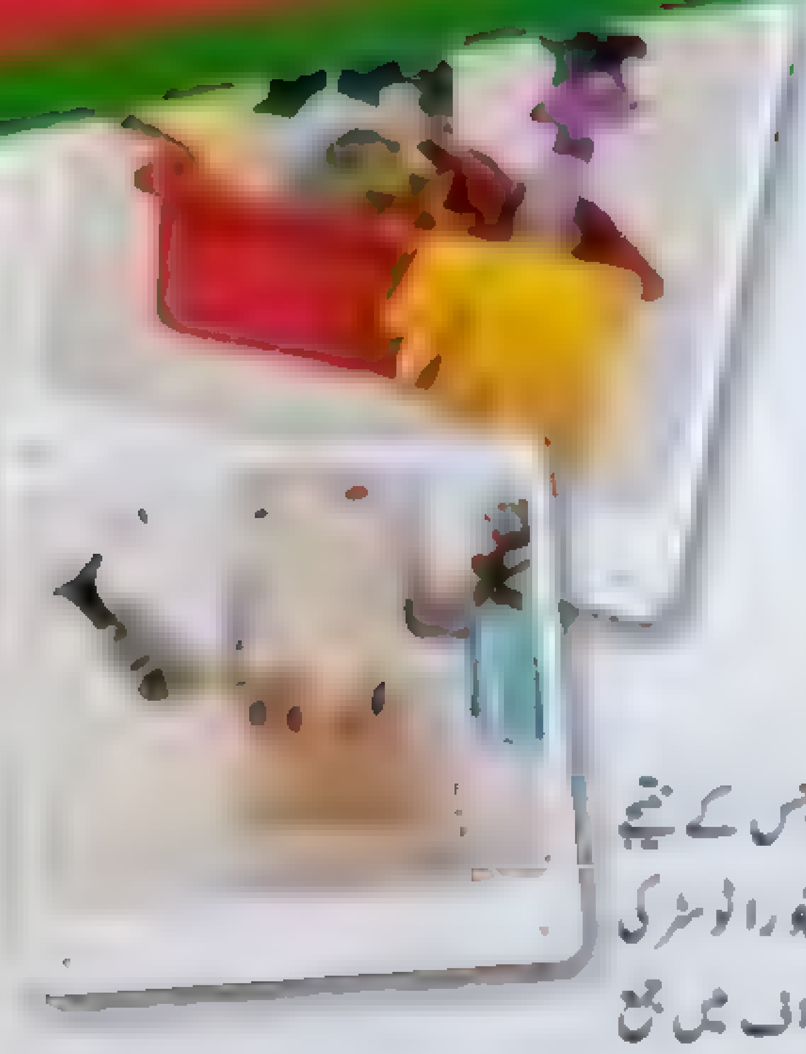
جنوبی پنجاب صوفیائے کرام کے مزارات، سوہن حلوے کی وجہ سے تو بے پناہ شہرت رکھتا ہی ہے، لیکن یہ نیلے رنگ کے برتن بنانے والوں کا ثقافتی مرکز بھی ہے۔ ملتان میں اس قدیم ہنر کا اپنا ایک الگ اسٹائل ہے۔ استاد محمد عالم جیسے ہنرمند 50 برس سے اس ہنر کے تحفظ و فروغ میں سرگرم عمل ہیں۔ اُن کا ادارہ اس ہنر کی مہارت سیکھنے میں دلچسپی رکھنے والے طالب علموں کو شارٹ کورسز بھی کرواتا ہے۔ ادارہ شہر کے مضافاتی علاقے میں واقع ہے۔ ان کا کہنا ہے کہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ اِن برتنوں کے خریداروں میں کمی ہوتی جا رہی ہے۔

نثر پور بھی کاشی کے کام کے حوالے سے خاص شہرت کا حامل ہے۔ درگاہ پیر جوڑیل شاہ جیلانیؒ دراصل نثر پور اور ملتان کے کاشی کاروں کی اجتماعی محنت و کاریگری کا بے مثال نمونہ ہے۔ یہاں کی کاشی کاری کا ہنر آپ درگاہ حضرت لعل شہباز قلندر" بچل سرمست" ، بھٹ شاہ (درگاہ شاہ عبداللطیف بھٹائی" و مسجد)، درگاہ مخدوم نوح ہالا، سندھ میوزیم، سرکٹ ہاؤس حیدرآباد، (گورنر ہاؤس، موہٹہ پیلس کراچی)، ٹمڈو ہوٹل سپر ہائی وے، مسجد سردار صحبت خان بلوچستان، جامع مسجد خضدار، شاہ جہاں مسجد ٹھٹھہ میں دیکھ سکتے ہیں۔ یہاں اس ہنر کو باقاعدہ صنعت کی حیثیت سے تسلیم کروانے میں کاشی کے کاریگر مشتاق احمد کا اہم کردار بتایا جاتا ہے۔

صوبہ سندھ کا شہر ہالا جہاں برصغیر بھر میں دستکاری، سیرامکس، ٹائلز، لکڑی کے کام، پرنٹنگ، اجرک، کھادی اور سوسی کی بدولت اپنی ایک منفرد شناخت رکھتا ہے، وہیں نیلے رنگوں سے مزین نفیس برتن بنانے کا گڑھ بھی ہے۔ ملک کے دوسرے شہروں کی طرح اب یہاں بھی کاشی کاری گاؤں دیہاتوں کے کمہاروں کا قدیم ہنر نہیں رہی بلکہ "کالج آف ڈیزائن ہالا" میں زیرِ تعلیم طالب علم ہاتھ کے دوسرے ہنروں کی طرح کاشی کاری بھی سیکھ رہے ہیں۔ یہاں کے نوجوانوں میں قدیم فن سیکھنے کی ترغیب دینے کا سہرا اس کالج کے پرنسپل عبدالفتح داؤد پوتا کے سر جاتا ہے۔

پاکستان ہینڈی کرافٹ پی آئی ڈی سی، کراچی میں واقع ہے۔ یہاں پاکستان بھر کا ثقافتی ورثہ نظر آتا ہے۔ کاشی کاری کے نادر نمونے بھی دستیاب ہیں۔ جبکہ پاکستان بھر کے تمام بڑے شہروں میں موجود ہینڈی کرافٹ کی دکانوں پر بھی آپ کو کاشی کاری کے نایاب نمونے بآسانی مل جاتے ہیں۔ تو پھر کیوں نہ اس مرتبہ عید کے موقع پر گھر کے ماحول کو ثقافتی رنگوں کی دھنک سے سجا لیا جائے اور اپنائیت کی مہک کو کچھ اس طرح محسوس کیا جائے کہ دل کے تار بجنے لگیں، لبوں پر مسکراہٹیں بکھرنے لگیں۔





15 منٹ میں ہوسکتی ہے گھر بھر کی صفائی

اُٹھیں ذرا ہمت کریں، رمضان المبارک کی آمد ہے

یوں تو ہر روز بعد گھر کے کونے کونے کی صفائی کی جاتی ہے، مگر خصوصاً جب عبادتوں کے خاص مہینے آئیں تو ہر خاتون چاہتی ہے کہ صفائی کے جھمیلوں سے نبٹ جائے۔ صفائی یوں بھی نصف ایمان ہے۔ ہمارا مذہب بھی پاک و صاف زندگی اور بہتر ماحول کی اہمیت پر زور دیتا ہے۔ بعض کاموں کو کل پر اٹھا رکھنے سے کہیں بہتر ہے کہ آج اور ابھی عمل کرلیا جائے تاکہ بڑے جھنجھٹوں سے نجات مل جائے۔

1۔ ویکیوم کلینر کے بیگ کی صفائی

مثال کے طور پر گھر میں استعمال ہونے والے ویکیوم کلینر کے بیگ کی صفائی کے لئے سارا دن ہرگز درکار نہیں ہوتا، صرف 10-5 منٹ کافی ہیں۔ کیا آپ برسوں اس کی صفائی نہیں کریں گی اور اگر کہیں اچانک مشین نے کام کرنے سے معذوری ظاہر کردی تو، ہزاروں روپوں کی مشین ناکارہ کرنے سے بہتر ہے کہ 30 سیکنڈز میں کچرے کا ذخیرہ کرنے والا بیگ صاف کرلیا جائے اور اگر disposable بیگ منسلک کیا گیا ہو تو ویکیوم کے سوراخ پر ٹیپ لگا کر اس بیگ کی صفائی کی جائے۔ اس طرح گرد و غبار اُڑ کر آپ کے چہرے کو آلودہ نہیں کرسکے گا۔ مشین کی خریداری کے وقت آپ کو اس کے استعمال سے متعلق ایک کتابچہ ملتا ہے، جس پر صفائی سے متعلق بیشتر ہدایات درج ہوتی ہیں اس کا مطالعہ ضرور کریں۔ اگر اس پر درج ہو کہ اسے دھویا جاسکتا ہے تو کچرا صاف کرکے اس بیگ کو دھولیں اور re attach کرلیں۔ اگر گھر میں چھوٹے بچے یا پالتو جانور بھی ہوں تو کپڑے والے بیگ کی صفائی ماہانہ، پندرہ روزہ یا ہفتے کا معمول بنالیں۔

2۔ کیڑے مار اسپرے

گرمیوں میں چھپکلیاں اور دوسرے کیڑے مکوڑے تو نکلیں گے۔ اگر یہ حشرات الارض انسان کو نقصان نہ بھی پہنچائیں پھر بھی ان سے بچے اور خواتین خوفزدہ رہتے ہیں۔ کوئی بھی اپنے گھر میں ان کی پناہ گاہ نہیں بنانا چاہتا۔ ایسے تاریک اور کونے کھدروں میں کیڑے مار ادویات ان کی شیشیوں پر درج ہدایات کے مطابق اسپرے کریں۔ اگر ان میں سے کسی ایک کیمیائی دوا میں مٹی کا تیل شامل کرنے کی خصوصی ہدایت درج ہو تو بہت احتیاط سے ان کا استعمال کریں۔ خود دستانے پہنیں، کمرے سے چھوٹے بچوں اور کھانے پینے کی ہر چیز الگ کردیں۔ کم از کم ایک گھنٹے تک اس کمرے یا کچن کو بند کردیں۔ ناک اور چہرہ لپیٹ کر کیڑے مار آپریشن کریں اور بعد میں کیبنٹوں اور سلیب کو جراثیم کش محلول سے صاف کریں۔

3۔ ٹوسٹر کی صفائی

کیونکہ ہم روزانہ صبح اس چھوٹی سی مشین میں بریڈ ٹوسٹ کرتے ہیں، جس کے نتیجے میں بہت سارا چورا ٹوسٹر کی نچلی سطح اور اطراف میں جمع ہوجاتا ہے۔ اگر ہم روزانہ اس کو صاف نہ کریں تو اگلے روز ان کرمبس کے گرم ہوتے ہی مخصوص Smell آنے لگتی ہے جو کسی بھی طرح سے ہماری خوش ذوقی یا مہارت کی عکاسی نہیں کرتی بلکہ اسے خاتون خانہ کی بدسلیقگی کہا جاتا ہے۔

Crumb Tray کو جھاڑ کر صاف ستھرے کپڑے سے پونچھ لینے سے بھی آسانی سے صفائی ہوجاتی ہے اور اگر آپ ڈش سوپ کی مدد سے اسے نم کرکے صاف کرنا چاہیں تو یہ طریقہ بھی ٹھیک ہے۔ اس کے علاوہ ٹوسٹر کو الٹا پلٹ کر trash کو ضائع کردیں۔ ڈبل روٹی کے سوکھے ذرات الگ ہوجائیں گے اور اگلی مرتبہ ٹوسٹ بناتے وقت کسی Smell کا احساس نہیں ہوگا۔

4۔ پنکھوں کے بلیڈز صاف کرنا

یہ بھی صرف 15 منٹ کا کام ہے نہ کرسکیں تو ہفتوں یا مہینوں ٹلتے رہیں گے، لیکن ذرا تصور کریں ان میلے کچیلے بلیڈز پر مہمانوں کی نظر پڑ جائے تو کتنی سبکی ہوگی اور یہی نہیں پنکھا تیز رفتاری سے چلے تو اس کے بلیڈز پر جمی گرد اُڑ کر گھر کی فضا کو مکمل طور پر آلودہ کرسکتی ہے، وہی گھر جسے آپ نے بہت توجہ سے سجایا سنوارا ہو۔ اپنے کنبے کو sinus، الرجیز اور انفیکشنز سے بچانے کے لئے پنکھا بند کرکے فرش پر صوفوں یا بستر پر کوئی پرانا اخبار یا چادر بچھا دیں۔ اب کسی اسٹول، کرسی یا فولڈنگ زینے پر چڑھ کر پہلے صاف کپڑے سے بلیڈز صاف کرلیں۔ اب ایک بوتل پانی بھریں اور اس میں سفید سرکہ دو کھانے کے چمچ کے برابر شامل کرکے پنکھے کے بلیڈز پر چھڑکاؤ کریں اور باری باری تینوں بلیڈز صاف کرلیں۔

دوسرا طریقہ یہ ہے کہ Step ladder پر چڑھ کر ایک بلیڈ کو صاف کرچکیں تو اس پر پرانا تکیے کا غلاف چڑھا دیں تاکہ صاف ہونے والا بلیڈ دوسرے بلیڈز کی گرد سے آلودہ نہ ہوسکے۔ اسی طرح لائٹ فکسچر کو بھی صاف کیا جاسکتا ہے۔

تیسرا طریقہ پنکھا صاف کرنے والے طویل سائز کے ڈسٹر کی مدد سے صفائی کرنا ہے۔ مرکزی شاہراہ اور پُرہجوم علاقوں کے مکینوں کو ہر ہفتے یا پندرہ دن میں پنکھوں کی صفائی کی ضرورت پیش آسکتی ہے۔

گرمی کا ٹانک تربوز

90% پانی پر مشتمل یہ پھل پیاس بجھانے کا قدرتی ذریعہ ہے

ارم شفیق

یہ ایک مشہور و معروف اور ہر دل عزیز پھل ہے۔ جو پاکستان، ہندوستان اور افغانستان کے بیشتر علاقوں میں پایا جاتا ہے۔ اس کی بیلیں ہوتی ہیں اور اونچائی زیادہ نہیں ہوتی، زمین کے ساتھ ساتھ یہ چلتی ہوئی بیلیں دل آویز دکھائی دیتی ہیں۔ تربوز کا رنگ اوپر سے سبز ہوتا ہے۔ کچی حالت میں اس کے گودے کا رنگ سفید ہوتا ہے اور پکنے کے بعد سرخ ہو جاتا ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں ہوتا ہے، جس کی وجہ سے اسے پوری دنیا میں ذوق و شوق سے کھایا جاتا ہے۔

تربوز میں تقریباً 90 فیصد تک پانی موجود ہوتا ہے۔ موسم گرما میں جب سورج سوا نیزے پر ہوتا ہے اور غضب کی گرمی پڑتی ہے تو پیاس کی شدت کا احساس ستاتا ہے، ایسے میں تربوز نہ صرف پیاس بجھاتا ہے بلکہ گرمی کی شدت کے احساس کو بھی کم کرتا ہے اور جسم کو توانائی اور فرحت بخشتا ہے۔ بعض لوگ یہ گمان کرتے ہیں کہ تربوز کا زیادہ استعمال ہیضے میں مبتلا کر سکتا ہے یا پھر تربوز کھانے کے بعد پانی پینا نقصان دہ ہے، یہ مفروضہ غلط ہے۔

تربوز میں پائے جانے والے غذائی اجزا

فولاد، فاسفورس، معدنی اجزا، پوٹاشیم، نشاستہ، فائبر، سوڈیم اور کیلشیم کے علاوہ تربوز میں تمام وٹامن معقول مقدار میں پائے جاتے ہیں۔

تربوز کے فوائد

تربوز میں چونکہ 90 فیصد پانی ہوتا ہے اس لئے یہ جلد ہضم ہو کر قوت و توانائی بخشتا ہے۔ تربوز میں وٹامن C ہوتا ہے، جو بیماریوں کے خلاف قوتِ مدافعت پیدا کرتا ہے۔ اس کے استعمال سے جسم میں بیماریوں کا مقابلہ کرنے کی استعداد میں اضافہ ہوتا ہے۔

تربوز میں گلوکوز کی وافر مقدار موجود ہوتی ہے، اس لئے قوت و توانائی حاصل کرنے کے لئے پانی میں گلوکوز پاؤڈر ڈال کر پینے سے بہتر ہے کہ تربوز کھایا جائے۔ اس کا مزاج سرد ہوتا ہے۔ یہ موسم گرما کی شدت اور لو کے اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔

• اس کا استعمال قبض کشا ہے۔ متواتر دس دن کھانے سے پیٹ کے سدوں سے نجات ملتی ہے۔

• اس پر کالی مرچ، زیرہ اور نمک پیس کر چھڑک کے کھایا جائے تو نہ صرف لذت میں اضافہ ہوتا ہے بلکہ ہاضمے کی بہترین دوا بن جاتی ہے۔ معدہ اپنا کام بہتر طریقے سے کرنے لگتا ہے اور بھوک چمک اٹھتی ہے۔

• کسی بیماری کی وجہ سے مثانے میں تکلیف کا سامنا کرنا پڑتا ہو تو تربوز کا استعمال نہایت مفید ہے۔ تربوز کا استعمال ٹائیفائیڈ میں بھی مضر نہیں۔ سکنجبین کے ہمراہ تربوز استعمال کرنا یرقان کے لئے مفید ہے۔ اسی طریقے سے استعمال کرنے سے مثانے کی پتھری ریزہ ریزہ ہو کر نکل جاتی ہے۔

> یہ ہائی بلڈ پریشر کا مؤثر علاج ہے۔ تربوز کے جوس میں ایک عدد لیموں کا رس ملا کر دن میں دو بار استعمال کریں

• جس شخص کو بار بار پیاس لگتی ہو اور وہ پانی پینے سے سیر نہ ہوتا ہو تو تربوز کا استعمال اس کے دل کو فرحت بخشتا ہے اور پیاس کی طلب کو مٹا دیتا ہے۔ اسی طرح متلی اور قے کی کیفیت میں بھی تربوز کھانا مفید ہے۔

• یہ ہائی بلڈ پریشر کا مؤثر علاج ہے۔ تربوز کے جوس میں ایک عدد لیموں کا رس ملا کر دن میں دو بار استعمال کریں۔ اس کے استعمال سے خون پتلا ہو گا اور دباؤ کم ہو جائے گا۔ جس سے بلڈ پریشر میں کمی واقع ہو جائے گی۔ اس کے جوس میں انار کا جوس ملا کر پینے سے دل کی بے قاعدہ دھڑکن میں فائدہ ہوتا ہے۔

• سر کا درد اگر گرمی کی وجہ سے ہے تو ایک گلاس تربوز کے رس میں مصری ملا کر نہار منہ پئیں۔ چند روز میں افاقہ ہو جائے گا۔ یہ خون کی کمی اور فسادِ خون میں بھی نہایت مفید ہے، یہ خون میں سرخ ذرات پیدا کرتا ہے، چہرے کی پیلاہٹ اور نقاہت ختم کرتا ہے۔ حاملہ اور دودھ پلانے والی خواتین کے لئے اس کی افادیت مسلمہ ہے۔

تربوز کا شربت

تربوز کا شربت بنانے کے لئے سرخ پکے ہوئے تربوز کا رس نکالئے۔ ایک کلو رس میں آدھا کلو چینی ملا کر ہلکی آنچ پر پکائیں اور متواتر چمچ ہلاتی رہیں۔ گاڑھا ہونے پر چولہے سے اتار لیں۔ یہ شربت پیاس کی شدت کو صد درجہ کم کرتا ہے۔

تربوز کے بیج

تربوز کے بیج بھی مفید ہوتے ہیں۔ تربوز کے بیج کا چھلکا اتار کر کوٹ کر پانی میں ملا کر پینا دل کے لئے بے حد مفید ہے۔

تربوز کا اسکرب، انوکھی ترکیب

تربوز کے چھلکے ضائع نہ کریں، ہماری جلد کو فائبر کی ضرورت ہوتی ہے جو کہ تربوز کے چھلکے میں وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ تربوز کے چھلکے باریک پیس لیں اور ان میں تھوڑا سا آٹا ملا لیں اور اسے اسکرب کی طرح چہرے پر آہستگی سے ملیں، جلد شگفتہ اور چمکدار ہو جائے گی۔

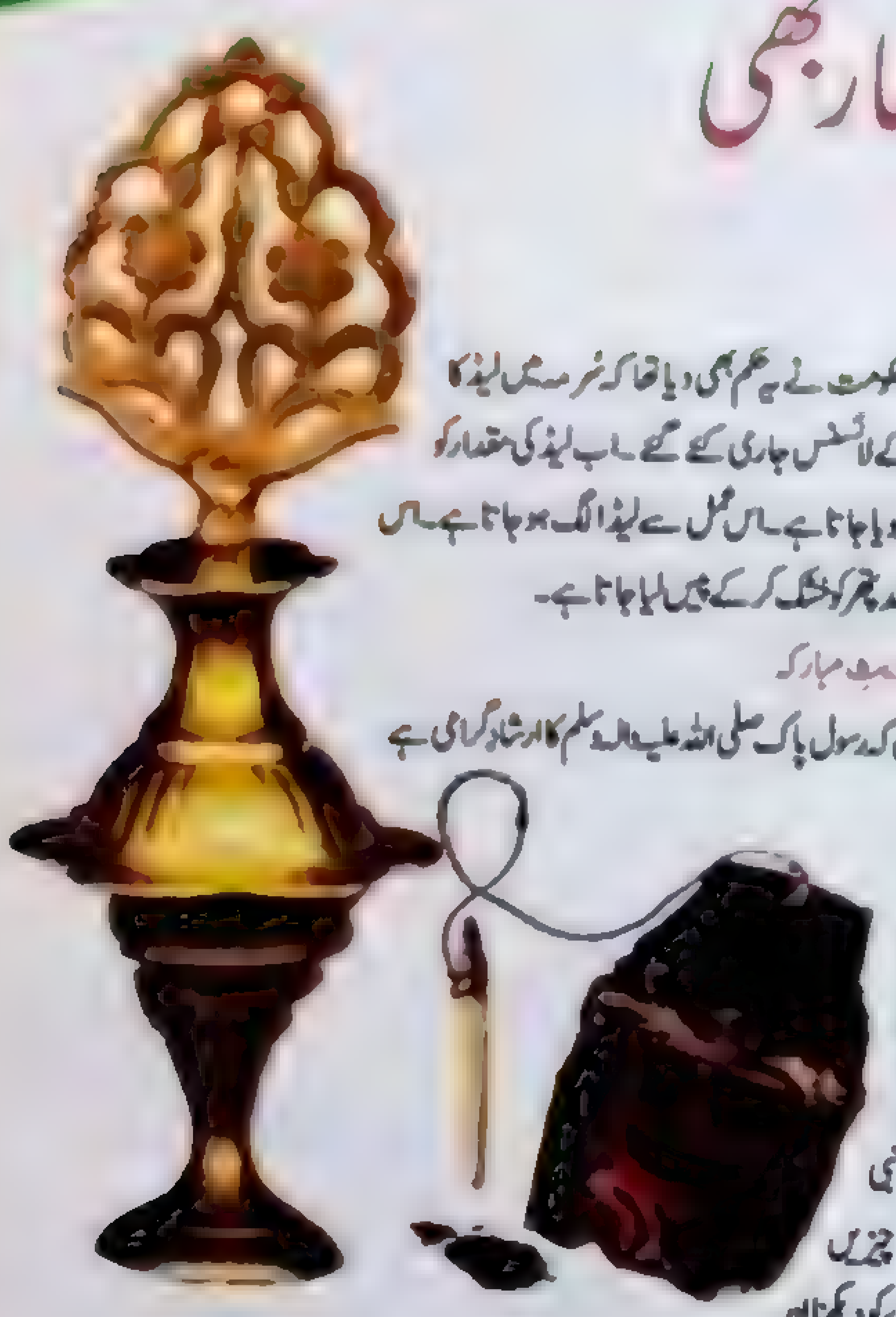
تربوز کے جوس کا چہرے پر کمال

جہاں تربوز کا استعمال ہماری اندرونی بیماریوں کو ختم کرتا ہے وہاں چہرے کی دلکشی بڑھانے میں بھی معاون ہے۔ اس کے جوس کو آئس کیوبز میں جما لیں۔ اگر آپ چاہیں تو اس جوس میں پودینے کا عرق بھی ملا سکتے ہیں۔ یہ ایک بہترین لوشن بن جائے گا۔ پھر اس کیوب کو چہرے پر آہستہ آہستہ پھیریں۔ دس منٹ بعد سادہ پانی سے منہ دھو لیں۔ چند دنوں میں رنگت نکھر آئے گی اور جلد پر موجود داغ دھبوں اور دانوں کے نشانات ختم ہو جائیں گے۔

سُرمہ لگانا سُنّت، روایت اور سنگھار بھی

مگر اِسے ہمیشہ معتبر جگہ سے خرید ا کیجئے

فریدہ خانم



نبی پاک صلی اللہ علیہ والہ وسلم نے آج سے صدیوں پہلے ہی اپنے ارشاد پاک میں فرمایا تھا کہ "سُرمہ لگایا کرو۔" طب نبوی صلی اللہ علیہ والہ وسلم میں آپ کو بہت سی ایسی احادیثِ مبارکہ ملیں گی کہ جن سے آپ کو سُرمے کی افادیت کا پتہ چلے گا۔ آپ صلی اللہ علیہ والہ وسلم کے تمام اعمال اور فرامین ایسے ہیں جن پر عمل کرنے میں ہی امت کی فلاح و بہبود ہے۔ احادیث کے مطالعہ سے ثابت ہوتا ہے کہ محبوب خدا حضور صلی اللہ علیہ والہ وسلم رات کو دو سلائی سُرمے کی پہلے دائیں آنکھ میں پھر دو سلائی بائیں آنکھ میں پھر ایک ایک سلائی دونوں آنکھوں میں ڈالتے تھے۔

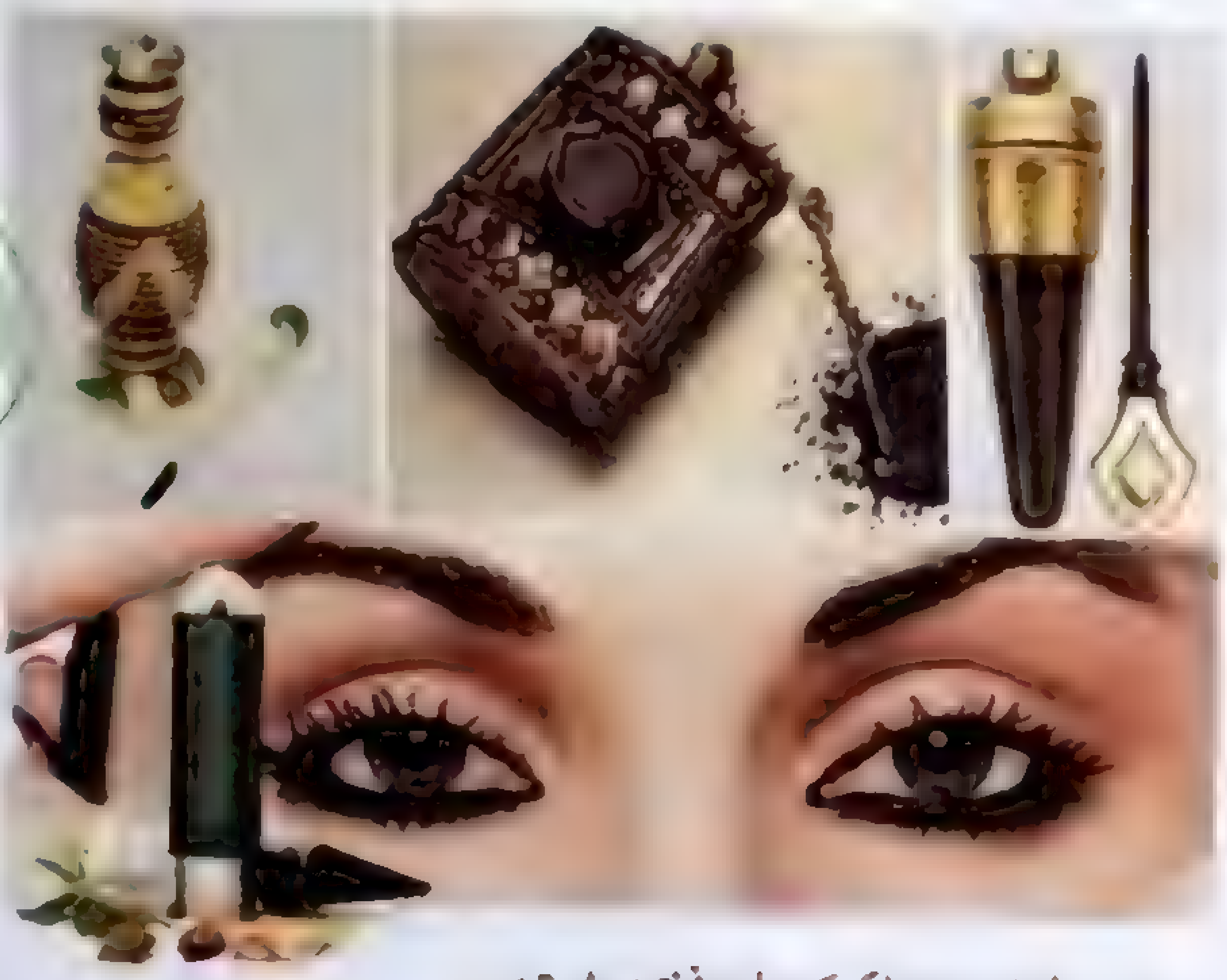
زمانہ قدیم سے سُرمے کو آنکھوں کی خوبصورتی کے لئے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ مصری عورتیں اپنی آنکھوں کو خوبصورت بنانے کے لئے سُرمہ لگایا کرتی تھیں۔ سُرمے کے بے شمار طبی فوائد ہیں لیکن اس پر بات کرنے سے پہلے بہتر ہے کہ آپ کو سُرمے کے بارے میں بتایا جائے کہ دراصل یہ کیسا جزو ہے اور کہاں سے آیا ہے اور اس کی دیگر تفصیلات کیا ہیں۔

سُرمہ کیا ہے؟

سُرمہ ایک سیاہ رنگ کا نہایت چمکدار پتھر ہے۔ یہ قدرتی کانوں میں پایا جاتا ہے۔ تحقیقات کے مطابق سُرمے میں معمولی سی گندھک بھی شامل ہے۔ پاکستان میں سُرمے کا پتھر چترال، کوہستان اور باجوڑ کے علاقوں میں پایا جاتا ہے۔ ماہرین کا خیال ہے کہ دنیا کا بہترین سُرمہ چترال اور اصفہان میں ملتا ہے۔

سُرمے کی اقسام

طبی لحاظ سے سُرمے کا مزاج دوسرے درجے میں سرد اور تیسرے درجے میں خشک ہے۔ سُرمے کی ایک قسم "سُرمئی" کہلاتی ہے جس میں سلفر (گندھک) اور زنک (جست) شامل ہے۔ سُرمے کی ایک قسم "سُرمہ سفید" ہے۔ لوگ غلط فہمی اور معلومات نہ ہونے کی وجہ سے اسے سُرمہ سمجھتے ہیں حالانکہ یہ سُرمہ ہے ہی نہیں، یہ تو آنکھوں کا دشمن اور نہایت نقصان دہ ہے۔ یہ تو سنگِ مرمر کی ایک قسم ہے، بھلا سنگِ مرمر کو آنکھوں جیسی نازک عضو میں کیسے لگایا جاسکتا ہے؟ لیکن بہت سے لوگ



معلومات لیے بغیر اسے استعمال کرکے ناقابلِ تلافی نقصان اٹھاتے ہیں۔

سُرمے کو بناتے وقت اسے اتنا زیادہ کھرل یعنی پیسا جاتا ہے کہ اس کی چمک ختم ہو جاتی ہے اور اس کے نقصان دہ اجزاء بار بار کی رگڑ سے ضائع ہو جاتے ہیں اور ان میں ایسی صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے کہ یہ ہماری آنکھوں کے لئے یوں سمجھیں کہ بہت سے مسائل اور بیماریوں میں شفائی اثرات کا حامل ہو جاتا ہے۔ سُرمہ آنکھوں کی جھلیوں اور پردوں پر اپنے شفائی اثرات ڈال کر مختلف امراض سے نجات کا باعث بنتا ہے لیکن یہ سب فوائد اصل سُرمے سے ہی ممکن ہیں۔

ضرر رساں سُرمے کے متعلق حکومت کا اقدام

ماہرین کا خیال ہے کہ سادہ سُرمہ سے صحت خراب ہوتی ہے کیونکہ اس میں لیڈ (سیسہ) اور آکسائیڈ موجود ہوتا ہے جو آنکھوں کے لیے مضر ہے۔ 1971ء میں حکومت نے یہ حکم بھی دیا تھا کہ سُرمہ میں لیڈ کا تناسب کم ہونا چاہئے اور اس بناء پر سُرمے کے لائسنس جاری کیے گئے۔ اب لیڈ کی مقدار کو کم کرنے کے لئے پتھر کو عرق گلاب میں ڈبویا جاتا ہے۔ اس عمل سے لیڈ الگ ہو جاتا ہے۔ اس عمل کو سات بار دہرایا جاتا ہے۔ اس کے بعد پتھر کو خشک کرکے پیس لیا جاتا ہے۔

سُرمے کی افادیت کے بارے میں چند احادیثِ مبارکہ

حضرت عبداللہ بن عباسؓ روایت فرماتے ہیں کہ رسول پاک صلی اللہ علیہ والہ وسلم کا ارشاد گرامی ہے کہ تمہارے سُرموں میں سے بہترین اثمد ہے۔ یہ بینائی کو روشن کرتا ہے اور بال اگاتا ہے۔ یہی روایت احمد، ترمذی، الحاکم اور ذہبی نے سالم بن عبداللہ رضی اللہ عنہ سے بھی بیان کی جسے انہوں نے اپنے والدِ محترم سے سنا۔

حضرت بریدہ رضی اللہ عنہم روایت کرتی ہیں کہ نبی پاک صلی اللہ علیہ والہ وسلم نے فرمایا "تین چیزیں بینائی میں اضافہ کرتی ہیں اثمد کا سُرمہ، سبزے کو دیکھنا اور خوبصورت چہرے کا دیدار" حضرت عبداللہ بن عباسؓ نے بیان کیا کہ "نبی صلی اللہ علیہ والہ وسلم کے پاس ایک سُرمہ دانی تھی جس میں سے وہ ہر ایک آنکھ میں تین مرتبہ لگایا کرتے تھے۔" (ابن ماجہ)

ابوداؤد کی روایت کے مطابق سُرمہ لگانے کا سب سے اچھا اور مفید طریقہ یہ ہے کہ اسے لگانے والا طاق سلائیاں ہی لگائے۔

> سُرمہ آنکھوں کی جھلیوں اور پردوں پر شفائی اثرات ڈال کر مختلف امراض سے نجات کا باعث بنتا ہے

یہ تھیں چند احادیثِ مبارکہ جن سے سُرمے کی افادیت ثابت ہوتی ہیں۔ سنتِ پاک پر عمل کرنے کے دوہرے فائدے ہیں، ایک تو ثواب کا ثواب اور دوسرا آنکھوں جیسی قیمتی اور بے مثل دولت کی حفاظت۔

سُرمے کے طبی فوائد

زخموں میں شفاء

اگر زخموں پر سادہ پسا ہوا سُرمہ چھڑکا جائے تو زخموں سے خون بہنا بند ہو جاتا ہے، جلدی بھر جاتے ہیں اور گلنے سڑنے سے بھی بچ جاتے ہیں۔

چیچک کے داغ

اگر چیچک نکل رہی ہو تو اس دوران چہرے اور رخسار پر سُرمہ لگائیں۔ سبز دھنیے کے پانی اور کافور میں سلائی ڈبو کر سُرمہ آنکھوں میں لگائیں۔ آنکھوں اور چہرے پر چیچک کے چھالے اور زخم سے محفوظ رکھتا ہے اور اگر چیچک کے زخموں کے لئے جسم پر بھی سُرمہ استعمال کیا جائے تو زخم جلد ٹھیک ہوتے ہیں اور کالے نشان اور دھبے نہیں پڑتے۔

نکسیر پھوٹنا

اگر سُرمے کو پیشانی پر لیپ کر دیا جائے تو نکسیر کے لئے شفا بخش ہے۔ ناک سے بہتا خون رک جاتا ہے لیکن سُرمہ اصل لہٰذا کسی معتبر دواخانے سے لیں۔ یہ تھے چند فوائد ہیں لہٰذا بھی نہ جانے آنکھوں کے کتنے امراض ہوں گے جو کہ اصلی سُرمے سے شفا پاتے ہوں گے۔ سُرمے کا استعمال جن لوگوں نے متواتر کیا انہوں نے اس کے علاوہ فوائد بھی پائے۔ آج کے دور میں میک اپ کی جدید مصنوعات نے آنکھوں کو بہت نقصان پہنچایا ہے بہتر ہے کہ ہم سادگی سے منسلک رہیں سنت پر بھی عمل ہوگا آنکھیں بھی صحت مند رہیں۔

انتباہ: سُرمہ ہمیشہ معیاری آؤٹ لیٹ سے خریدیں اور کبھی گھر کا بنا ہوا استعمال نہ کریں۔ بہت احتیاط سے تیاری کے باوجود یہ بینائی کو متاثر کرسکتا ہے

آج کرلیں ہیئر ڈائٹ!

کیونکہ بال عمومی صحت کا بیرومیٹر ہوتے ہیں

اُم حیا فاروقی

موسم کوئی بھی ہو، بالوں کی نگہداشت خصوصی توجہ چاہتی ہے۔ میڈیا نے یہ کام خاصا آسان کر دیا ہے۔ پہلے کبھی اتنی آسانیاں نہیں تھیں، مگر گھروں میں بزرگ خواتین کے ٹوٹکوں اور چٹکلوں کی مدد سے ہر طرح کے بالوں کی دیکھ بھال آسانی سے ہو جاتی تھی۔ مائیں تیل لگا کر کس کے چوٹیاں بناتیں اور بچیاں ان سے چڑاتی پھرتی ہیں، لیکن سمجھدار ہوتے ہی لمبے گھنے بال دیکھ کر اپنی ماؤں پر فخر کرتی ہیں۔

بالوں کو آپ کی عمومی صحت کا بیرومیٹر کہا جاتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہوتا ہے کہ یہ ہماری تندرستی یا بیماری کا ہر دو صورتوں میں آئینہ دار ہوتے ہیں۔ نوجوانی میں آپ نے بہت ہی کم کسی کے بال چھدرے یا بوسیدہ دیکھے ہوں گے، البتہ یہ ممکن ہے کہ کسی بیماری یا موسم کے بدلنے پر زیادہ بال گرنے لگیں۔ اگر آپ ایک جیسی غذائیں مسلسل استعمال کرنے لگیں یا آپ نے غذائیت بخش غذائیں لینا چھوڑ دیں، تب آپ کو حیرت انگیز حد تک بالوں کی شکایات کا سامنا کرنا پڑے گا۔ یہ بے رونق، خشک، دو سروں والے اور ہلکے ہونے کی شکایتیں ہو سکتی ہیں۔

ایک صحت مندانہ طرز ڈائٹ، سو مشکلات کا حل

پروٹین: غذا میں شامل رکھنے کے علاوہ بالوں کے مخصوص مساج کے لئے پروٹین ٹریٹمنٹ بہت ضروری ہے۔ موسم خواہ کیسا ہی کیوں نہ ہو، مہینے میں کم از کم دو مرتبہ گھریلو ٹوٹکوں کے ذریعے اور دوسرے یا تیسرے مہینے پروفیشنل طریقے سے پروٹین ٹریٹمنٹ لینے سے نہ تو بال وقت سے پہلے سفید ہوتے ہیں اور نہ گنج پن یا چھدرے ہونے کی شکایت ہی لاحق ہوتی ہے۔

غذائیت بخش خوراک کا استعمال ترک کرنے کے باعث آپ کو بالوں کی مختلف شکایات کا سامنا کرنا پڑتا ہے

آئرن: صحت کو لوہے جیسی مضبوطی درکار ہو تو مؤثر ترین ہیر ڈائٹ یہ ہے کہ آئرن کو خوراک کا بطور خاص جزو بنا لیں۔ اس وٹامن کی کمی سے بال باریک ہونے لگتے ہیں، یہی غذائی کمی کی ایک اہم نشانی بھی ہے۔

وٹامن C: اس وٹامن کی افادیت کون نہیں جانتا۔ آپ لیموں پسند نہیں کرتیں تو سٹرس فروٹس لینے میں کوئی قباحت کیوں ہے؟ مضبوط مدافعتی نظام کے لئے ہی نہیں، دل کی بیماریوں، کینسر اور فالج جیسے مہلک امراض میں یہ فائدہ دیتے ہیں۔ Limonoids ایسا مرکب ہے جو منہ، جلد، بالوں، پھیپھڑوں، سینے، معدے اور بڑی آنت (قولون) کے کینسر سے مقابلے میں مددگار ہوتا ہے۔ یہ وٹامن بہترین اینٹی آکسیڈینٹس کی خوبیوں سے مالا مال ہے۔ لیموں کو بالوں پر لگانے تو

چمک بڑھتی ہے، بہت روغنی قسم کے بالوں کے لئے بھی اکسیر ہے۔ اس کے علاوہ آئرن کو جذب کرنے میں مدد دیتا ہے۔

وٹامن E: سر کی جلد کے خلیوں کو تقویت دیتا اور دوران خون متحرک رکھتا ہے۔

وٹامن B کمپلیکس: عمومی صحت برقرار رکھنے کے لئے توانائی کا بہتر مظہر قرار دیا جاتا ہے۔

جست (Zinc): خشکی جلد کی ہو یا سر کی، دونوں کے لئے اکسیر کہلاتا ہے۔

عمومی اور مجموعی طور پر صحت مند رہنے کے لئے ضروری ہے کہ ذائقے اور خوشبودار کھانوں کے متوالے ہو کر نہ رہا جائے۔ کیفین کی مقدار کو کم کریں اور جنک فوڈ کے نقصانات پر رکھیں نظر، کوئی بھی وٹامن سپلیمنٹ یا اضافی خوراک راتوں رات کرشمے نہیں دکھایا کرتی۔ صبر اور استقلال سے آپ اپنی ہیئر ڈائٹ بہتر بنا کر خود کو دو سے تین مہینے کی آزمائشی مدت دیں پھر دیکھئے کیسے من پسند نتائج نظر نہیں آتے۔ لوگ ٹھہر ٹھہر کر پوچھیں گے یہ آپ کے بال کیا آپ ہی کے ہیں؟

QUE VIVA MEXICO !

Sweet & Chic color runs wild here with multifaceted image of Mexico, fiesta of weaves, Geometric motifs, beads and intarsia.
Impassioned EBH style motivates the modern Miss at Miss EBH. There must be pair available that suits your taste, hurry,
before anybody and everybody flaunts the style that could be exclusively yours.

ENGLISH BOOT HOUSE (Pvt) Ltd.

Karachi www.ebhshop.com

قطر، یہ ہے دوسرا دوبئی

تو کیوں نہ اس بار خریداروں کی جنت کا رُخ کیا جائے

شاہین ملک

قطر المنظر لاڈرن اسلامی ملکوں کی صف میں کھڑا نظر آتا ہے۔ اسے دبئی کے بعد مقامی و بین الاقوامی سطحوں پر خریداروں کی جنت کہلانے کا اعزاز بھی حاصل ہے۔ متحدہ عرب امارات اور سعودی عربیہ کی سرحد سے جڑا یہ ملک سیاحوں کو ایئرپورٹ پر ہی ٹورسٹ ویزا مہیا کرتا ہے۔ ایسے سیاح جو کینیڈا اور مغربی یورپین ممالک کے علاوہ مشرقی یورپین ملکوں جن میں جاپان، سنگاپور، ملائیشیا، ہانگ کانگ، جنوبی کوریا، برونائی، آسٹریلیا اور نیوزی لینڈ کے باشندے ہوں اس سہولت سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ قطر اور عمان کا مشترکہ ویزا بھی ہاتھوں ہاتھ اور سستے داموں دستیاب ہو سکتا ہے۔ دوحہ قطر کا دارالحکومت ہے۔ قطر خریداروں کے لئے دوسرا دبئی ہے اور مسرت کی بات یہ ہے کہ یہ دبئی جیسا مہنگا نہیں۔ یہاں آپ بارگیننگ (سودے بازی) کر کے اپنی پسندیدہ رقم کا ڈسکاؤنٹ لے سکتی ہیں۔ یہاں دکاندار بھاؤ طے نہ ہونے پر مایوس لوٹنے والے خریداروں کے پیچھے خود بہ نفس نفیس چل کر آتے ہیں اور قیمت خرید سے اپنا نفع منہا کر کے آپ کو خریداری کے لئے ترغیب دیتے ہیں۔ دنیا میں کسی جگہ دکانداروں کا یہ اخلاقی وطیرہ کم ہی دیکھنے میں آئے گا۔

مسجد صباح اسٹیٹ

خریداری سے متعلق خراب دنیا کے قصے نہیں

اول تو دکانداروں نے خراب اشیاء کا ڈھیر پہلے ہی الگ کر رکھا ہوتا ہے۔ ایشیائی باشندے اگر اس صندوقچے میں جھانکتے بھی ہیں تب بھی انہیں خبردار کر دیا جاتا ہے کہ اس ڈھیر کی کوئی گارنٹی نہیں بلکہ یہ قابل فروخت ہی نہیں ہے۔ اگر کوئی خریدار سرعت رفتاری کا مظاہرہ کر کے خراب مال خرید لے جائے یا دکاندار خریدار پر اس کی خامی واضح نہ کر پائے تو اسے قابل واپسی یا بدلنے کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔

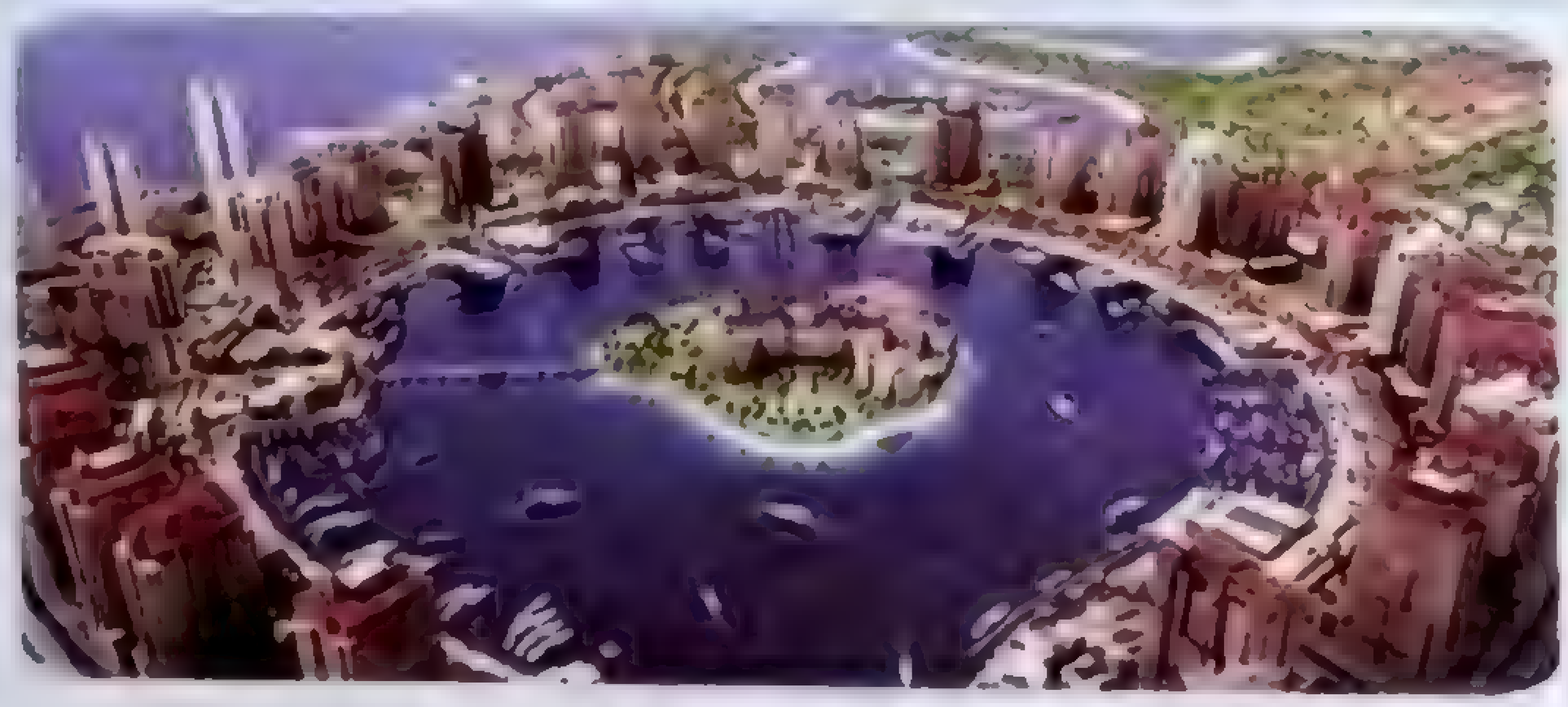
تلواروں کی محراب، قطر

مقامی بازاروں میں فلافل، آئسکریم وغیرہ کے علاوہ بھُنے ہوئے Nuts کو شہد ملا کر پیش کرنے کی خوبصورت ثقافت بھی نظر آتی ہے

کر گھڑیوں اور خوشبوؤں تک سبھی کچھ۔ بارگیننگ یہاں ہر کسی کے مزاج کا حصہ بن چکی ہے۔ دکاندار جانتے ہیں کہ خواتین ہی نہیں مرد بھی مول تول اور بھاؤ طے کر کے سودا سلف خریدیں گے۔ ذیل میں ہم قطر کی چند اہم تجارتی مارکیٹوں کا احوال درج کر رہے ہیں۔ ممکن ہے کہ کچھ رہنمائی ہو جائے گی۔

سوق واقف

دوحہ میں رہنے والے تو گاہے بگاہے اس بازار کے پھیرے لگاتے ہی ہوں گے لیکن بطور سیاح آپ یہاں جانے کا تصور ضرور کر لیں۔ اسے اسٹینڈنگ مارکیٹ بھی کہتے ہیں۔ بحیرۂ عرب کے چڑھتے پانی کی لہریں سوق واقف کی چار دیواری کو چھو کر گزرتی ہے اور کبھی کبھار تو یہ پانی بلیوں اچھل کر دکانداروں اور خریداروں کو چونکا کر رکھ دیتا ہے۔ اکثر دکاندار یہاں کھڑے رہ



دارالحکومت دوحا

شاپنگ مالز سے ہٹ کر کھلی مارکیٹوں کا رخ بھی کریں

گو کہ شہر میں ایئر کنڈیشنڈ سپر مارکیٹوں کا جال بچھا ہے لیکن دوحہ میں کھلے آسمان تلے (Open air) لگنے والی بازار اور گوشت خریدنے کا تجربہ بے حد اچھوتا ہوگا۔ عمانی مارکیٹ سے آپ چاہیں تو اونٹ، بھیڑیں، بکرے اور مچھلی خرید سکتی ہیں۔

روایتی بازار سوق کہلاتے ہیں

عربی زبان میں بازار کو سوق کہا جاتا ہے، یہاں آپ دنیا جہان کی ہر چیز خرید سکتے ہیں، یعنی مصالحے سے لے کر زیورات اور قالینوں سے لے

کر تمام دن اپنے ساز وسامان کی دیکھ بھال کرتے نظر آتے ہیں۔ شاید اسی لئے اسے Standing Market کہتے ہیں۔

یہاں آپ کو خواتین اور مرد مجسمہ ساز بھی نظر آئیں گے۔ عکاس اور مصور بھی آپ سے تصاویر بنوانے کی درخواست کریں گے۔ دیکھئے ساحل کنارے آباد اس مارکیٹ میں خریداری کرتے کرتے اس ہنر کارانہ سرگرمی سے ضرور لطف اندوز ہوں۔ علاوہ ازیں اس جگہ آپ کو سویٹر بننے اور لیسز تیار کرنے کی ماہرین بھی اپنی خدمات پیش کرتی ہوئی نظر آئیں گی۔ مکمل شرعی پردے میں ملبوس خواتین آپ کو لذیز کباب بناتی اور روایتی عرب کھانوں کے ساتھ قہوہ بھی پیش کرتی ہوئی نظر آئیں گی۔ جو افراد کسی خاتون کے ہاتھ کا خوش ذائقہ کھانا تناول فرمانا چاہتے ہوں وہ سُوق واکف ضرور جائیں۔ ایسا بھی نہیں کہ یہاں خریداری کے لئے موجود اشیاء کا تنوع نہ نظر آتا ہو۔ روایتی قطری لباس، پرفیومز، عام برتن، زیورات مصنوعی اور سونے چاندی کے، مصالحے، مقامی مٹھائیوں کے ساتھ چاکلیٹس اور دیگر میٹھی اشیاء، چاول، شہد، میوہ جات اور پھل غرضیکہ کیا چیز ہے جو یہاں موجود نہیں۔

مزے کی بات یہ ہے کہ آپ خوشبوؤں کے بین الاقوامی برینڈز کے ساتھ ساتھ مقامی طور پر تیار کئے جانے والے ایز شمل آئلز کی ورائٹی بھی خرید سکتے ہیں۔ خاص گران تیلوں کو بہت نفاست اور اہتمام کے ساتھ خوشنما پیکنگ میں پیش کیا جاتا ہے۔

واکف

بحیرۂ عرب کے چڑھتے پانی کی لہریں سُوق واکف کی چاردیواری کو چُھو کر گزرتی ہیں اور یہاں آنے والوں کو چونکا کر رکھ دیتی ہیں

[illegible]

یہ دعویٰ بھی سُوق واکف کی انتظامیہ کا ہے کہ یہاں کے اسکارف بہت خاص ہوتے ہیں۔ ریشمی اور سوتی کپڑے پر مہارت سے گولڈن اور سلور رنگوں کی تارکشی سے سجایا جاتا ہے۔ ان اسکارفس کو عربی زبان میں بخنوک (Bukhnoq) کہا جاتا ہے۔ قطری دوشیزاؤں کے ہاتھوں تیار کئے جانے والے ان اسکارفوں کی مانگ سرحد پار اور قرب وجوار کے دیگر عرب ممالک تک ہے۔

Thobe Al Nashi، عبایا اور Shayla یہ تمام لباس پردہ نشین خواتین میں بے حد مقبول ہیں۔

قہوے کے برتن بھی کم خاص نہیں ہوتے

عرب باشندے بغیر دودھ والی چائے (قہوہ) کا شوق رکھتے ہیں۔ اس لئے آپ کو ہر دوسرے بازار میں Brass اور لکڑی کے بنے ہوئے خوشنما قہوے دانیاں اور پیالے ملیں گے۔ اسی طرح قطری خواتین بہت نازک سے جیولری بکسز خریدنا پسند کرتی ہیں۔ اس صنعت میں ہنر کاروں نے نہایت باریک بینی سے اشیاء تیار کی ہیں۔

اسنیکس کے طور پر Nuts کھانے کا رواج

مقامی بازاروں میں جہاں آپ کو فلافل، آئسکریم اور دوسری اشیاء ملیں گی وہیں بھنے ہوئے Nuts کو شہد ملا کر پیش کرنے کی خوبصورت ثقافت بھی نظر آئے گی۔

گولڈ سُوق

قطر میں 18 سے 22 کیرٹ کا سونا عام ملتا ہے۔ اس میں بنے ہوئے نیکلس، چینز اور چوڑیاں ہی نہیں بلکہ انگوٹھیاں اور بریسلیٹ بھی دستیاب ہوجاتے ہیں۔ خریداروں کو یہاں اطالوی، بھارتی اور یورپین جیولری بھی دستیاب ہوسکتی ہے۔ مقامی انتظامیہ وزارت تجارت ومعیشت کا سختی سے چیک اور بیلنس کا نظام رواں رکھتی ہے۔ ناپ تول یا پیمانے میں ڈنڈی نہیں ماری جاتی۔ یہ لوگ شرعی تقاضوں کو ملحوظ خاطر رکھ کر کاروبار کرتے ہیں۔ دیگر اہم ترین بازاروں میں سُوق الاحمد، سُوق الخور، سٹی سینٹر، سُوق نصر بن سیف، دوحہ سُوق، سُوق الذیرہ اور ولیجیو مال شامل ہیں۔ ہر بازار اور سینما ہاؤس میں خواتین کے لئے ہفتہ کا ایک دن مخصوص کیا گیا ہے۔ سیکورٹی کے افراد قوانین کی سختی سے پابندی کرتے ہیں۔ خواہ آپ کا ویزہ ختم ہو رہا ہو، ایسے کسی مخصوص دن اگر مرد حضرات کسی جگہ چلے جائیں تو انہیں ناکام ہی واپس لوٹنا پڑے گا۔

قطر ایکسچینج

گولڈ سُوق

آئسکریم

فلافل

آدھا بیوٹی پارلر!

کہیں اور نہیں کچن ہی میں ہے

کلینزنگ ہوگئی یعنی صفائی کے بعد جلد کے مردہ خلیات بھی اتر گئے اب ضرورت ہے، ٹونرز، فریشنرز اور اسٹرنجنٹس کی تو چلئے فریج کھولئے۔ آپ کا آدھا بیوٹی پارلر تو گھر میں موجود ہے۔

لیموں اور اس کے پھول

دو کپ پانی میں دو بڑے سائز کے لیموں نچوڑ کر جوس بنالیں اور اسے طویل عرصے تک محفوظ کرنے کے لئے ایک کھانے کا چمچ ٹنکچر آف بینزوئن شامل کرلیں اور شیشی میں ہلا کر رکھ لیں۔ جب چاہیں کلینزنگ کے بعد اس قدرتی ٹونر کو استعمال کرلیں۔ یہ نارمل اسکن کے لئے مفید ثابت ہوگا۔ لیموں کے پھولوں سے رنگت صاف کرنے اور اسے نکھارنے والا لوشن بنایا جاسکتا ہے۔ مٹھی بھر لیموں کے پھولوں کو 250 ملی لیٹر پانی میں اُبالنا ہے۔ ٹھنڈا کرکے چھان لینا ہے اور اس میں تھوڑا سا عرق گلاب ملا کر فریج میں رکھ دینا ہے۔ چہرے کی کلینزنگ کے بعد اسے 30 منٹ تک لگا رہنے دیں پھر دھولیں۔ کینو کے چھلکے کینو کھائے چھلکے محفوظ کرلیں دھوپ میں سکھا کر خشک کرلیں۔ سخت ہوجائیں تو پیس کر پاؤڈر بنالیں یہ بہترین گھریلو ایشن بھی ہے۔ اور اسٹرنجنٹ بھی اور تو اور فیس پیک مردہ خلیوں کو اتارنے کا مجرب نسخہ بھی، اسٹرنجنٹ کے لئے دو کھانے کے چمچ پاؤڈر لے کر تین کھانے کے چمچ عرق گلاب اور اتنی ہی مقدار میں سادہ پانی شامل کرلیں اور اب آنکھوں کو بچاتے ہوئے پورے چہرے اور گردن پر یہ لوشن لگالیں، اسے خشک ہونے دیں پھر نرم ہاتھوں سے اسکربنگ کرکے اتار لیجئے۔ اتارتے وقت سادہ ٹھنڈا پانی استعمال کریں۔ اس سے داغ دھبے بھی ختم ہوں گے اور مسام بھی سکڑیں گے کیل مہاسوں والی بچیاں بھی بے دھڑک استعمال کرسکتی ہیں۔

کھیرا اور عرق گلاب

یہ بھی تقریباً ہر گھر میں موجود ہوتے ہیں۔ ایک کھیرا چھیل کر تین کھانے کے چمچ عرق گلاب میں ملا کر بلینڈر میں پیسٹ بنالیں۔

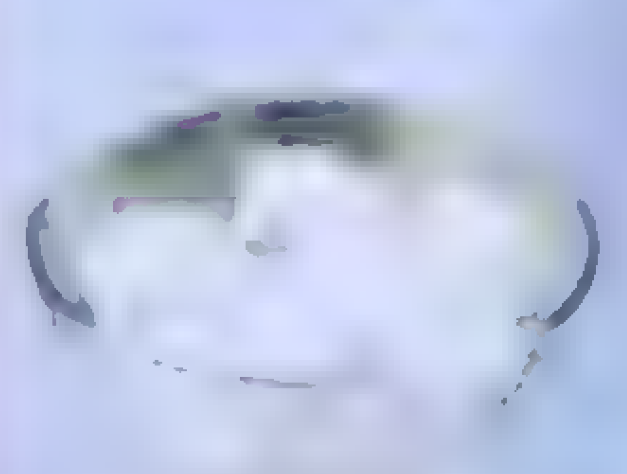
اور فریج میں رکھ کر ٹھنڈا کرلیں۔ گرمیوں میں گھر لوٹتے ہی میک اپ اتاریں اور اس ٹونر کو استعمال کرلیں۔ صرف 20 منٹ چہرے پر لگا رہنے دیں پھر سادہ پانی سے چہرے دھولیں چہرے کھل اٹھے گا۔

بیریز

اسٹرابیریز اور اس کے خاندان کے دوسرے پھلوں سے منفرد قسم کا ٹونر اور فریشنر خود تیار کرلیں اور اس کے لئے درکار ہے صرف ایک کھانے کا چمچ شہد، دو کھانے کے چمچ آٹے کی بھوسی، دو کھانے کے چمچ بلینڈ کی ہوئی بیریز، اب ان سب کو ایک پیالے میں ملالیں اور اس پیسٹ کو پورے چہرے پر صرف آنکھوں کو بچا کر لگائیں اور دو سیکنڈ بعد اسکربنگ شروع کردیں۔ بیریز میں چونکہ سٹرس فروٹس کے ایسڈز پائے جاتے ہیں چنانچہ یہ چہرے کے عضلات کو سکیڑیں گے مساموں کی گہرائی تک صفائی بھی کریں گے اور آپ کی جلد جگمگا اٹھے گی۔ اس کے علاوہ ونڈ ماسک بھی ٹیوبز میں دستیاب ہوتے ہیں یہ جلد کو کستے بھی ہیں اور کھلے مساموں کو بند کرکے غیر ضروری روغنیات کو زائل بھی کردیتے ہیں sheet-based ماسک کی اولین خوبی جلد کو تازگی اور جاذبیت بہم پہنچانا ہے۔ یہ بھی فوری طور پر دل آویز تاثر بخشتے ہیں۔

آئس کیوبز

برف کے ٹکڑوں سے زیادہ سستا اور مثالی ٹونر کوئی نہیں ہوسکتا۔ اس سے چہرے کے دوران خون میں اضافہ ہوتا ہے۔ اور جلد ایک دم تروتازہ ہو جاتی ہے۔



پورا جسم اُبٹن سے صاف ہوگا

باڈی اسکرب استعمال کرنے میں کبھی بھی پورا دن صرف نہیں ہوتا۔ جب بھی نہائیں یا ہفتے میں ایک بار خاص طور پر باڈی برش کی مدد سے پورے جسم پر اسکربنگ کریں۔ اس کے علاوہ آپ Alovera لگا کر بھی بدن کو نکھار دے سکتی ہیں۔

بھاپ سے مدد لیں

اسٹیم جلد کے دوران خون کو تیز کرتی ہے۔ آپ کو گھر میں سونا باتھ کی ضرورت نہیں اگر فیشل اسٹیمر آپ کے پاس ہوں یا سادہ دیگچی میں پانی ابالیں اور 30 سیکنڈ تک برداشت کرسکیں تو تولیے سے چہرہ ڈھانپ کر بھاپ لے لیں۔ اگر آپ کی جلد حساس ہو یا سانس کی تکلیف بھی رہی ہو تو اپنے ڈاکٹر سے پوچھ کر یہ عمل کریں بلکہ بہتر یہ ہے کہ پھر بھاپ لینے سے پرہیز ہی کریں۔

بہترین اُبٹن oats سے بنتا ہے

یہ ہوم میڈ یعنی گھریلو سطح پر تیار کئے جانے والے ابٹنوں میں سے ایک ہے۔ اسے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ ایک کھانے کے چمچ کے برابر دلیے کو پیس کر ایک ہی چمچ بادام پسے ہوئے اور ایک چمچ ایلوویرا gel ملا کر آنکھوں کے حصے کو بچا کر پورے چہرے پر لگا لیا جائے اور پانچ منٹ بعد سادے پانی سے رگڑ کر صاف کرلیا جائے۔

پیروں کی تھکن بھی اتارتی چلیں

اپنے ہوم spa کو اس وقت تک نامکمل ہی سمجھئے جب تک کہ پیڈی کیور نہ ہوجائے اور اس کے لئے نسخہ یہی ہے کہ

- گرم پانی میں صابن ملا کر پاؤں ڈبو دیا جائے اور 10 منٹ تک کسی اچھے scraper سے کی مدد سے جلد کے مردہ خلیوں کی اچھی طرح صفائی کی جائے۔
- نیل برش کی مدد سے ناخنوں کی صفائی کے بعد انہیں تراش لیں۔ file کرلیں، کیونکہ ہوں تو انہیں صاف کرلیں اور تولیئے سے پیر خشک کرلیں۔
- پیروں کے لئے کریم لیتے وقت اس پر درج اجزا کی تفصیل ضرور پڑھ لیجئے چاہئے مثلاً یقین کرلیں کہ اس میں زیتون کا یا ناریل کا تیل موجود ہے، کچھ کریموں میں ایلوویرا یا soft paraffin جیسے موثر اجزا بھی پائے جاتے ہیں یہ بھی خشک جلد کے لئے بہترین انتخاب ہوسکتے ہیں۔
- موئسچرائزر لگانے سے پہلے پیروں کی جلد کے مردہ خلیات کا صاف کرنا ازبس ضروری ہے۔ اس مقصد کے لئے پیروں کی اسکربنگ کا عمل دہرانا اچھا ہوتا ہے۔ موئسچرائزر کا اسکرب کی طرح جذب ہونا بہتر ہے۔

انتباہ: حساس جلد ہونے کی صورت میں مستند بیوٹیشن اور ماہر امراض جلد سے رابطہ کرنا بہتر ہوگا

Trust
Finest Sanitary Napkins
کیونکہ یہ رشتہ ہے
ٹرسٹ کا...

کوکنگ اور گھرداری کی رہنمائی کے لئے ڈالڈا ایڈوائزری سروس

شامی کباب کا قیمہ اکثر اتنا نرم ہو جاتا ہے کہ کباب بنانا بھی مشکل ہو جاتا ہے، میں کہاں غلطی کر رہی ہوں اور اس کا کیا حل ہے؟

شازیہ صدیقی ... کراچی

آپ قیمے کے بجائے روکھے گوشت کی چھوٹی بوٹیوں سے کباب بنائیں۔ چنے کی دال کی مقدار زیادہ ہونے سے بھی یہ مسئلہ پیدا ہو سکتا ہے۔ دال کی مقدار کم کر کے دیکھ لیں آپ کو اندازہ ہو جائے گا، اسی تناسب سے شامل کرتی رہیں۔ نیز ہرا مصالحہ یعنی ہری مرچیں، ہرا دھنیا، ادرک اور پیاز کو دھو کر خشک کرنے کے بعد چوپ کریں اور آمیزے میں شامل کریں۔ ان میں موجود غیر ضروری نمی بھی کباب کے آمیزے کو نرم کرتی ہے۔ بوٹیوں کو بس اتنا گلائیں کہ انہیں پیسنے یا چوپ کرنا ممکن ہو سکے۔ ان تمام باتوں کو پیشِ نظر رکھیں گی تو آپ کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ اس کے باوجود بھی آمیزہ نرم ہو جائے تو ایک کلو میں ایک سے دو درمیانے بریڈ سلائس چھوٹے ٹکڑوں میں توڑ کر اچھی طرح گوندھ لیں اور کباب بنائیں۔

آلو کے بھرتہ بنانے کے لئے انہیں اُبال کر میش کرتی ہوں تو کبھی اس میں آلو کے ٹکڑے رہ جاتے ہیں، کبھی میشر پر چپکنے لگتے ہیں اس کا صحیح طریقہ کیا ہے؟

آمنہ مقصود ... حیدرآباد

جب بھی آپ آلو اُبالنا چاہیں پہلے انہیں چھلکوں کے ساتھ بہت اچھی طرح دھو لیں پھر پانی اُبال آنے پر اس میں احتیاط سے آلو شامل کریں اور درمیانی آنچ پر پکائیں۔ گل جانے پر پانی سے نکال کر ہوادار جگہ پر رکھیں۔ ان پر پانی ڈال کر ٹھنڈا مت کیجئے۔ اب چھلکا اتار کر میش کیجئے اور میشر پر ہلکا سا کوکنگ آئل لگایئے۔ اس طرح وہ میشر پر نہیں چپکیں گے۔

ہمارے بچے افطار کے بعد رات کا کھانا نہیں کھاتے، وہی کھانا سحر کے وقت سرو کرتی ہوں تو بھی ٹھیک سے نہیں کھاتے۔ کئی کئی دن سالن فریج میں رکھا رہتا ہے، بتایئے کیا کروں؟

خالدہ وریس ... ٹنڈو جام

اکثر خواتین اس مسئلے سے دوچار نظر آتی ہیں۔ اس کا حل بہت ہی آسان ہے۔ اگر آپ چاہتی ہیں کہ بچے افطار بھی کریں اور رات کا کھانا بھی کھائیں تو اس کے لئے اپنے افطار کے مینو پر نظرِ ثانی کیجئے۔ کئی مرتبہ افطار میں تین چار یا اس سے زائد ڈشز تیار کی جاتی ہیں اور یقیناً یہ ایسی مزیدار چیزیں ہوتی ہیں جو بچوں کی پسند کے مطابق ہوتی ہیں اور وہ شوق سے کھا لیتے ہیں۔ لہٰذا رات کے کھانے پر انہیں بھوک نہیں لگتی۔ اگر آپ چاہتی ہیں کہ بچے رات کا کھانا بھی اچھی طرح کھائیں تو پھر افطار کے

مینو میں سے چند چیزیں کم کر دیجئے۔ خصوصاً زیادہ دیر ہضم غذائیں کم کر دیں، چاہیں تو زود ہضم اشیاء کا اضافہ کر لیں۔ نیز رات کا کھانا مقدار میں تھوڑا کم بنا لیا کیجئے۔

روزے کے دوران سر میں درد کی شکایت ہو جاتی ہے، ایسا کیوں ہوتا ہے اور کہاں احتیاط کی جائے؟ ثمینہ انجم ... ملتان

اس مسئلے کے حل کے لئے فوری طور پر اپنے معالج سے مشورہ کر لیجئے۔ بلڈ پریشر کم یا زیادہ ہونے کی صورت میں نیند کی کمی، خون میں شوگر کا تناسب متاثر ہونا اور بسا اوقات خورد و نوش کے اوقات کی تبدیلی وہ عام عوامل ہیں جن کے باعث روزے کے دوران سر درد کی شکایت پیدا ہو سکتی ہے۔ ڈاکٹر کی رہنمائی سے وجہ دریافت کیجئے اور ان کی ہدایات پر باقاعدگی سے عمل کیجئے۔ صحت سے متعلق کوئی وجہ سامنے نہ آئے تو اس کا حل یہ ہے کہ سحر کے کھانے کے آخر میں ایک عدد کھجور تناول فرما لیا کیجئے۔ افطار اور سحر کے درمیانی اوقات میں پانی ضرور پئیں، پانی کی کمی سے بھی طبیعت مضمحل ہوتی ہے۔

فروٹ چاٹ کے لئے پھلوں کو کاٹ کر رکھیں تو ان کی رنگت خراب ہو جاتی ہے۔ ان پر چینی بھی چھڑک دیتی ہوں، لیکن فائدہ نہیں ہوتا۔ مجھے کیا کرنا چاہئے؟

انعم بخاری ... مظفرگڑھ

تمام پھلوں کو کاٹنے کے بعد علیحدہ علیحدہ بولز میں رکھئے۔ کیلے اور سیب پر لیموں کا رس ڈال کر پلاسٹک ریپ سے کور کر دیں اور فریج میں رکھیں۔ کئی پھل ایک ساتھ رکھنے سے بھی ان کی رنگت خراب ہو سکتی ہے۔

سلاد میں مٹر شامل کرنے کے لئے اسے تھوڑا سا اُبال لیتی ہوں، لیکن وہ زرد ہو جاتی ہے۔ صحیح طریقہ بتا دیں کہ مایونیز میں سبز سبز رنگ کی مٹر نظر آئے؟

عائشہ حیات ... لودھراں

مٹر اُبالتے وقت پانی میں ایک چٹکی میٹھا سوڈا شامل کر دیا جائے تو مطلوبہ نتائج حاصل کئے جا سکتے ہیں۔ اب آپ شوق سے سلاد بنائیں۔

افطار میں کئی طرح کی چیزیں ڈیپ فرائی کرنا ہوتی ہیں۔ نگٹس، کٹلس یا کوئی بھی چیز جس میں بریڈ کرمز استعمال ہوتے ہیں ڈیپ فرائینگ کے دوران کڑاہی میں بکھر جاتے ہیں۔ بار بار گرم آئل کو چھاننا بہت مشکل ہوتا ہے اور یہ بھی بتائیں کہ گھر میں بریڈ کرمز کیسے بنائے جاتے ہیں؟
سدرہ آغا... کوئٹہ

نگٹس اور کٹلس وغیرہ بناتے وقت پہلے انہیں پھینٹے ہوئے انڈے میں ڈپ کیجئے، پھر بریڈ کرمز سے کوٹ کیجئے اور ایک پھیلے ہوئے پلیٹر میں رکھتی جائیں۔ انہیں سنگل تہہ میں رکھیے اوپر تلے ہرگز مت رکھیے۔ تلنے سے قبل کم از کم 20-25 منٹ کے لئے فرج میں رکھیے۔ کڑاہی میں تیل گرم کیجئے اور احتیاط سے تھوڑے تھوڑے فرائی کیجئے، کڑاہی میں ڈالتے ہی فوراً چمچہ چلانے یا رُخ تبدیل کرنے سے گریز کیجئے اس وجہ سے بھی کوٹنگ بکھر جاتی ہے۔ آپ نے بریڈ کرمز کے بارے میں دریافت کیا ہے، اس کے لئے آپ کسی بھی بھروسے کی کمپنی کے بریڈ کرمز استعمال کر سکتی ہیں اور اگر گھر میں تیار کرنا چاہیں تو تازہ بریڈ کے سلائسز کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرنے کے بعد چوپر میں چوپ کرلیں اور حسب ضرورت استعمال کیجئے۔ انہیں خشک کرنے کی بھی ضرورت نہیں ہوتی اور ایئر ٹائٹ جار میں فریزر میں محفوظ کیا جاسکتا ہے۔

میں رمضان میں بازار کے مشروب کی جگہ ملک شیک تیار کرتی ہوں۔ شیک میں برف شامل کرنے پر وہ پانی جیسا ہو جاتا ہے۔ اس کے لئے مجھے کیا کرنا چاہیے؟
زبیدہ خالد... لاہور

ملک شیک کو کریمی رکھنے کے لئے اس میں کریم شامل کی جاسکتی ہے اور اگر کریم استعمال نہ کرنا چاہیں تو پھر آئس ٹرے میں پانی کے بجائے دودھ ڈال کر کیوبز بنائیں اور انہیں بلینڈ کرتے ہوئے شیک میں شامل کردیں۔ نیز اسٹرابیری اور چیکو جیسے پھلوں کو دھو کر چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ کر فریز کرلیں، انہیں دودھ کے ساتھ بلینڈر میں ڈال دیا جائے تو برف شامل کرنے کی ضرورت نہیں پڑتی۔ افطاری کی تیاری میں ملک شیک سب سے آخر میں بنائیں اور فرج میں رکھیں۔

آپا ہمارے ہاں افطاری کے پکوڑے اکثر بچ جاتے ہیں، میں فرج میں رکھ دیتی ہوں اور اگلے دن انہیں دوبارہ فرائی کرتی ہوں تو وہ بہت سوگی ہو جاتے ہیں؟
اقراء فارابی... رحیم یار خان

پکوڑے خواہ آپ تازہ فرائی کریں یا فرج میں رکھے ہوئے ہوں ان کے سوگی ہونے کی وجہ تیل یا گھی جس میں انہیں فرائی کرنا ہے وہ ابھی اتنا گرم نہیں ہوا جتنا کہ ہونا چاہیے۔ تھوڑا سا پکوڑوں کے لئے تیار کیا گیا بیسن کا آمیزہ یا پھر صرف ایک چھوٹا ٹکڑا فرج کے رکھے ہوئے پکوڑے سے توڑ کر تیل یا گھی میں ڈال کر دیکھیں، اگر وہ تہہ میں چلا جائے اور چند سیکنڈ میں سطح پر نمودار نہ ہو تو اس کا مطلب ہے کہ اسے تھوڑا سا مزید گرم کرنے کی ضرورت ہے۔ خیال رہے کہ پکوڑوں کی اصل لذت ان کے تازہ ہونے میں ہے لہٰذا اگر زیادہ بنتا چاہتی ہیں تو پھر دیگر چیزوں کی مقدار میں تھوڑی کمی کرلیا کیجئے تاکہ تمام پکوڑے تازہ ہی کھالئے جائیں۔

اگر ہم افطار کے بعد کھانا کھا لیتے ہیں تو طبیعت بوجھل اور غنودگی طاری ہونے لگتی ہے۔ ایسا کیوں ہوتا ہے اور اس کا کیا حل ہوسکتا ہے؟
طاہرہ سلیم... اوکاڑہ

تمام دن کے روزے کے بعد ہم کھانا کھاتے ہیں تو ایسی کیفیت ہونا نارمل ہے۔ دیگر یہ کہ بعض اوقات سحر کے وقت بیدار ہونے کے بعد سے رات گئے تک جاگنے کی وجہ سے نیند کی کمی بھی افطار کے بعد غنودگی کا سبب ہوسکتی ہے۔ اس کا حل یہ کہ رات کو ہوسکے تو بلاضرورت یعنی کہ عبادت کی مصروفیات کے علاوہ جاگنے سے تھوڑا گریز کیجئے یا ظہر کی نماز کے بعد کچھ دیر آرام کرلیا کریں اور روزہ افطار کرتے ہی پیٹ بھر کر کھانا کھانے کے بجائے سحر اور افطار کے کھانوں کی مقدار کو متوازن کیجئے۔ آپ افطار کے بعد بھی چاق و چوبند رہیں گی۔

کیا بازار میں ملنے والے پراٹھوں کی طرح گھر میں انہیں بغیر فرائی کئے فریز کیا جاسکتا ہے؟ سمعیہ اقبال... راولپنڈی

جی ہاں! بالکل کیا جاسکتا ہے۔ پراٹھوں کا آٹا تھوڑا سا سخت گوندھیں۔ ایک مرتبہ بیل کر روٹی بنائیں اس پر گھی لگا کر خشک آٹا چھڑکیں، رول کرکے دوبارہ پیڑے کی شکل دیں۔ اسی طرح تمام پیڑے بنا کر آدھ گھنٹے کے لئے فرج میں رکھ دیں، اب ہر پیڑے کو موٹی پلاسٹک شیٹ کی دو تہوں میں رکھ کر بیل لیں اور فریز کرلیں۔ بوقت ضرورت فراسٹ کئے بغیر درمیانی آنچ پر فرائی کرلیں۔

Tip of the month Contest کے نتائج

اس کونٹیسٹ میں اسماء عبدالسلام (کراچی) نے پہلی پوزیشن حاصل کی۔

ونرز ٹپ

چاول پکاتے ہوئے کبھی پانی زیادہ ہونے کی وجہ سے چاول نرم ہوجائیں تو دم پر رکھتے وقت ڈبل روٹی کا ایک سلائس چاولوں کے اوپر رکھ کر دم دیں۔ اضافی پانی سلائس جذب کرلے گا۔

اس ماہ کے کونٹیسٹ میں تو قیر فاطمہ (کراچی) اور مجیرہ خاتون سیالکوٹ رنرز اپ قرار پائیں۔

آپ بھی اپنی آزمودہ ٹپ پی او بکس 3660 کراچی پر ارسال کیجئے۔ منتخب ٹپ آپ کے نام کے ساتھ شائع کی جائے گی اور آپ جیت سکیں گی منی تنگ بک کلیکشن۔

Dalda ADVISORY SERVICE

Toll Free Call: 0800-32532
or Write to: P.O. Box 3660, Karachi, Pakistan
or Email: dalda.advisory@daldafoods.com

بلشر، دمکتے رُخساروں کا حسین راز

کس قسم کا انتخاب آپ کے لئے بہتر رہے گا؟

سیدہ شفیق

بلشر ز کاسمیٹکس کا لازمی جزو ہیں۔ یہ چہرے کی رونق اور خوبصورتی میں اضافہ کرتے ہیں اور اگر انہیں لگاتے ہوئے رخساروں کی ہڈیوں کو نمایاں کرنے کی ذرا سی احتیاط اور قوت تخلیق سے کام لیا جائے تو چہرہ گلاب کی طرح کھل اٹھتا ہے۔

بلشرز کا انتخاب اکثر خواتین کو الجھاؤ میں ڈال دیتا ہے۔ یہ بازار میں مختلف رنگوں، اقسام، برانڈز اور قیمتوں میں دستیاب ہیں۔ یہ عموماً gel، کریم اور پاؤڈر کی شکل میں دستیاب ہوتے ہیں۔

جیل بلش آن

یہ عموماً ٹیوب میں آتا ہے اور چہرے پر بڑا قدرتی تاثر پیدا کرتا ہے کیونکہ اس میں پانی کی مقدار زیادہ ہوتی ہے اس لئے اس کے بخارات بن کر اڑنے کے پیشِ نظر ضروری ہے کہ استعمال کے فوراً بعد ٹیوب اچھی طرح بند کریں اور بلش چہرے پر اچھی طرح بلینڈ کر کے لگائیں۔ Gel بلش آن چہرے کو تمتماہٹ بخشتا ہے اور گلوز کے ساتھ یہ مزید خوبصورت لگتا ہے۔

کریم بلش آن

کریم بلشر خشک جلد کے لئے بہتر ہوتا ہے کیونکہ اس میں روغن ہوتا ہے جو موئسچرائزر کا کام کرتا ہے۔ نارمل جلد پر بھی کریم بلشر بہت عمدہ تاثر دیتا ہے۔

پاؤڈر بلش آن

پاؤڈر بلش اگرچہ تمام اقسام کی جلد پر استعمال کیا جا سکتا ہے تاہم چکنی جلد کے لئے یہ بہترین ہے کیونکہ اس سے جلد کے مسام بھی بند نہیں ہوتے اور رخسار بھی دمک اٹھتے ہیں اس لئے آپ کو معلوم ہونا چاہئے کہ آپ کی جلد کس قسم کی ہے تاکہ آپ صحیح بلشر کا انتخاب کر سکیں۔

بلش کلر

بلش آن عموماً تین بنیادی رنگوں گلابی، سرخ اور بھورے رنگوں میں دستیاب ہوتا ہے مگر آج کل اس کے بے شمار شیڈز دستیاب ہیں جن سے آپ مختلف شیڈز تخلیق کر کے اپنے حسن کو شوخ یا سادہ تاثر دے سکتی ہیں۔

یہ عموماً gel، کریم اور پاؤڈر کی شکل اور مختلف رنگوں، اقسام، برانڈ اور قیمتوں میں دستیاب ہوتے ہیں

بلش آن ہمیشہ اپنی اسکن ٹون کے مطابق خریدنا چاہئے اگر آپ کی اسکن ٹون گلابی مائل ہے تو آپ کے لئے گلابی یا ارغوانی شیڈز بہتر ہیں اور اگر آپ کی اسکن ٹون گندمی مائل ہے تو زرد اور نارنجی ٹون والی شیڈز بہتر ہیں۔ اس کے علاوہ بلشر کا رنگ آپ کے ہونٹوں کے رنگ سے متصادم نہیں ہونا چاہئے اور آپ کے کپڑوں کے ساتھ بھی متوازن ہونا چاہئے۔

بلشر کا استعمال

بلشر کا استعمال اس کی قسم کے مطابق ہوتا ہے مثلاً پاؤڈر بلش کو میک اپ کے آخر میں فاؤنڈیشن اور فیس پاؤڈر کے بعد لگانا بہتر ہے۔

• کریم بلشر فاؤنڈیشن لگانے کے بعد فوری طور پر لگانا بہتر ہے۔

• gel بلشر کے لئے بہتر ہے کہ آپ اسے لوز پاؤڈر لگانے کے بعد لگائیں۔

بلشر لگانے سے چہرے کی خوبصورتی اسی صورت میں ابھر سکتی ہے جب آپ کو اپنی جلد کی قسم اور چہرے کی ساخت کا پتہ ہو۔ حجم یا سائز کے لحاظ سے چہرے کی تین اقسام ہوتی ہیں۔ بڑے حجم کا چہرہ، درمیانہ یا چھوٹا چہرہ۔ درمیانی ساخت کے چہرے میک اپ کے لئے آئیڈیل ہوتے ہیں۔ ان پر تمام میک اپ تکنیکوں کو آسانی سے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ بڑے حجم کے چہرے پر آنکھوں کے میک اپ پر خاص توجہ دینی چاہئے جبکہ چھوٹے چہرے پر بلشر کا استعمال مرکزی حیثیت رکھتا ہے۔ ساخت کے لحاظ سے چہرے کی چار اقسام ہوتی ہیں۔

گول چہرہ

گول چہرے پر بلشر لگانا ہو تو رخسار کی ہڈی کے نیچے سے شروع کریں اور کانوں تک لائیں۔ چہرے کی گولائی کم کرنے کے لئے جبڑوں کی جڑ تک اسٹروک لے جائیں۔ اگر رخساروں کے نیچے براؤن شیڈ اور رخساروں کے ابھار پر گلابی شیڈ کو نمایاں کریں تو چہرہ مزید دلکش لگے گا۔ خیال رہے کہ بلشر اچھی طرح سے بلینڈ کریں آپس میں شیڈ کو بھی بلینڈ کریں اور بلشر کو فاؤنڈیشن کے ساتھ بھی اچھی طرح بلینڈ کریں۔

چوکور چہرہ

چوکور چہرہ دیکھنے میں سخت نظر آتا ہے اس لئے اس میں نرمی پیدا کرنے کے لئے ذرا گہرا شیڈ استعمال کرنا چاہئے۔ رخسار کی ہڈی سے بلشر گولائی میں اسٹروک لگاتے ہوئے کانوں کی لو تک لائیں۔ رخسار کی ہڈی کے اوپر والے حصے پر تھوڑا سا ہائی لائٹر استعمال کریں اور اسے کان کی لو تک اچھی طرح میں شیڈ کے استعمال کے ہم آہنگ کر لیں۔

بیضوی چہرہ

بیضوی چہرے کو ساخت کے اعتبار سے عمدہ ترین چہرہ کہا جا سکتا ہے۔ اس چہرے پر رخساروں کی ہڈیوں پر بلشر استعمال کرنا بہتر رہتا ہے اور ہڈیوں کے نچلے حصے پر گہرے رنگ کے شیڈ کا اسٹروک اس چہرے کی خوبصورتی کو مزید اجاگر کرتا ہے۔

لمبا چہرہ

اس طرح کے چہرے کے لئے ضروری ہے کہ اس کے چوڑا ہونے کا تاثر پیدا کیا جائے۔ اس کے لئے رخساروں کی ہڈیوں پر ہائی لائٹر کا استعمال کرنا چاہئے اور رخساروں کے درمیان سے بلشر لگانا شروع کر کے کان کی لو تک پھیلائیں اس سے چہرے کا لمبوترا تاثر کم ہوگا۔

بلشر لگانے کی اہم ٹپس

• آئینہ دیکھ کر مسکرائیں اور اپنے گال پر نمایاں ہونے والی گولائی کو غور سے دیکھیں۔ رخسار کی ہڈی کا جائزہ لیں کہ وہ کہاں ہے پھر کان کی لو کے نیچے بلشر کا ایک نقطہ ڈالیں ایک نقطہ رخسار کی گولائی پر اور ایک نیچے والے حصے پر لگائیں پھر ان نقطوں کو ملا لیں اگر چہرے پر کوئی ڈمپل نمایاں ہو رہا ہے تو اسے بھی مدِ نظر رکھتے ہوئے میک اپ مکمل کریں۔

• بلشر میں یہ خاصیت ہوتی ہے کہ وہ بدن کی حرارت سے گہرا ہونے لگتا ہے اس لئے اسے لگاتے وقت شیڈ کو کبھی اتنا گہرا مت کریں کہ بدن کی حرارت کی وجہ سے وہ ضرورت سے زیادہ گہرا ہو جائے۔

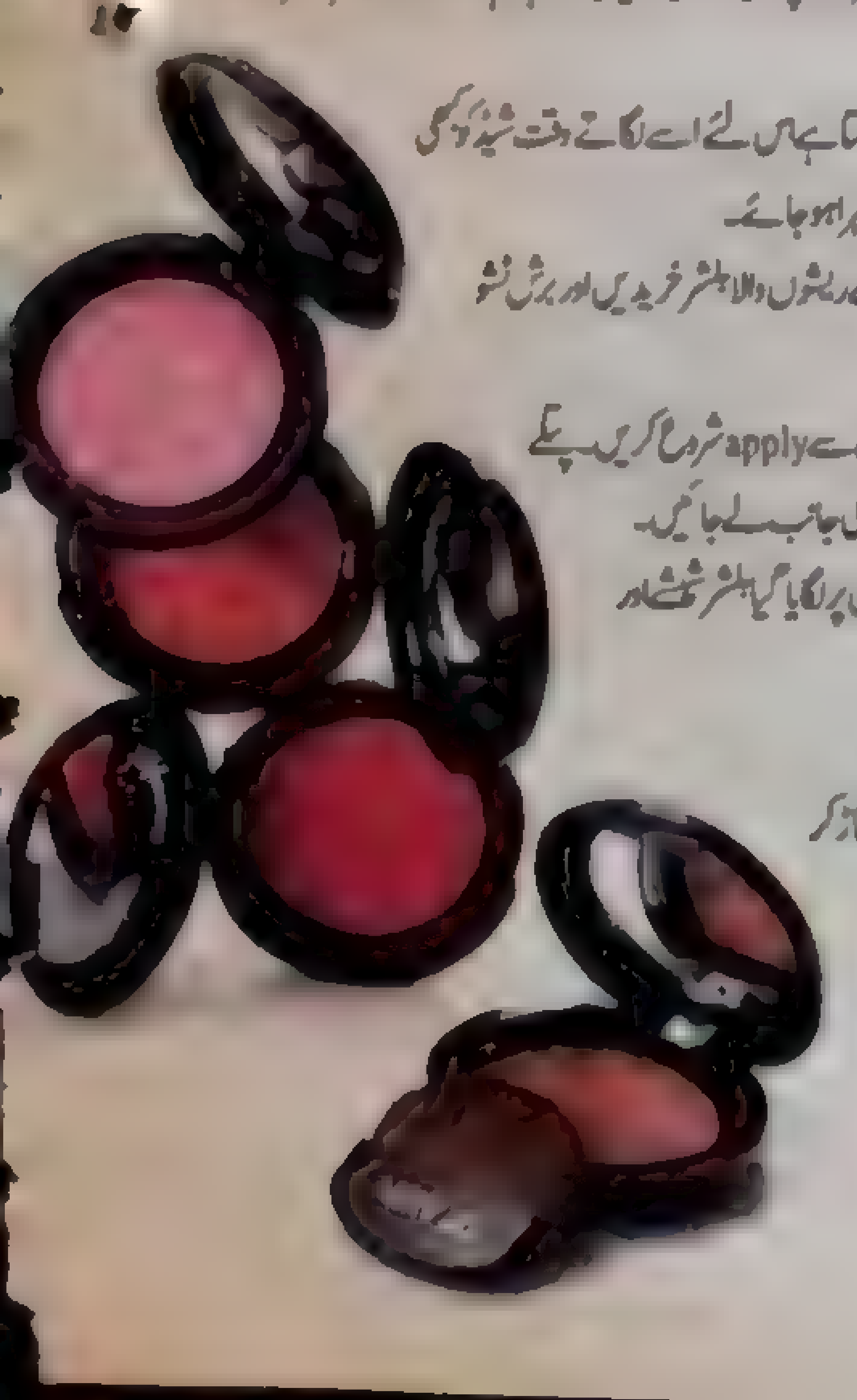
• بلشر لگانے کے لئے ایک بڑا بلشر برش بے حد اہم ہے۔ ہمیشہ اچھے ریشوں والا بلشر خریدیں اور برش ٹشو پیپر کی مدد سے صاف کر کے رکھیں۔

• بلشر لگاتے وقت چھوٹے اسٹروک سے آہستہ آہستہ گال کی گولائی کو برش سے apply شروع کریں۔ پہلے حصے کو پلش کرتے ہوئے کان تک برش لے جائیں جبکہ موٹے حصے کو ناک کی جانب لے جائیں۔

• اگر آپ چشمہ پہنتی ہیں تو اس بات کو یقینی بنائیں کہ رخساروں کی ہڈیوں پر لگایا گیا بلشر شیشے اور فریم کے اندر سے نمایاں طور پر نظر آ رہا ہو۔

• دیرپا اثر کے لئے پاؤڈر بلشر لگانے سے پہلے کریم بلشر استعمال کریں۔

• اگر آپ کو محسوس ہو کہ بلشر زیادہ لگ گیا ہے تو بلشر برش اچھی طرح جھاڑ کر صاف کر لیں اور نیچے سے اوپر کی جانب سادہ برش سے اسٹروک لگائیں اس سے شیڈ ہلکا ہو جائے گا۔



قدرتی گیس کا استعمال کفایت شعاری سے کریں۔۔۔

ہیٹر | گیزر | چولہا

۔۔۔تا کہ آئندہ بھی اس نعمت سے فائدہ اٹھایا جا سکے

محض چند بنیادی اصولوں پر عمل پیرا ہو کر قدرت کی اس قیمتی نعمت کی حفاظت کریں:

- قدرتی گیس کو ضائع نہ کریں
- گیزر 24 گھنٹے یا اس سے زیادہ دیر کیلئے زیر استعمال نہ ہونے کی صورت میں والو بند کر دیں
- اگر استعمال میں نہ ہوں تو چولھوں کو بند رکھیں
- گیس کے کسی بھی قسم کے غیر قانونی استعمال کی اطلاع 1199 پر دیں
- ہمیشہ گیس کے اچھے اور معیاری آلات اور فٹنگز استعمال کیجئے جو پاکستان اسٹینڈرڈ اینڈ کوالٹی کنٹرول اتھارٹی کے معیار کے مطابق ہوں

SSGC
Sui Southern Gas
Company Limited

In case of emergency
Call
1199

www.ssgc.com.pk

اردو کے شاہکار افسانے کا انتخاب جس میں عورت کی وفاداری اور خودداری کو بیان کیا گیا ہے

سال بھر کی بات ہے ایک دن شام کو ہوا خوری کے لئے جا رہا تھا کہ مسٹر شاطر سے ملاقات ہو گئی، میرے پرانے دوست ہیں، نہایت بے تکلف اور زندہ دل۔ آگرہ میں قیام رکھتے ہیں، خوش گو شاعر ہیں، ان کی [illegible] ہو چکا ہوں، ایسا فنافی الشعر آدمی میں نے نہیں دیکھا۔ پیشہ تو وکالت ہے مگر غرق رہتے ہیں فکر سخن میں، چونکہ ذہین آدمی ہیں معاملے کی تہہ تک آسانی سے پہنچ جاتے ہیں۔ کبھی کبھی مقدمات مل جاتے ہیں، کچہری کے باہر عدالت یا مقدمے کا [illegible] ہی وہ شاعر ہیں۔ جب دیکھئے شعر و سخن کے چرچے ہو رہے ہیں، اشعار سن رہے ہیں، داد دے رہے ہیں، جھوم رہے ہیں۔ اپنا کلام سناتے وقت تو ان پر بلا مبالغہ وجد کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے، لہجہ بھی اتنا دل پذیر ہے کہ بے اختیار اشعار جگر میں چبھ جاتے ہیں۔ روحانیت میں شعریت پیدا کرنا، تصوف میں گل و چمن کی بہار دکھانا ان کے کلام کی خصوصیت ہے۔ وہ جب لکھنؤ آتے مجھے پہلے اطلاع دے دیا کرتے تھے، آج انہیں لکھنؤ میں غیر متوقع دیکھ کر مجھے تعجب ہوا میں نے پوچھا "خیرت تو ہے، آپ یکایک یہاں کیسے نمودار ہوئے، مجھے اطلاع تک نہ دی۔"

بولے "بھائی جان بڑی پریشانی میں مبتلا ہوں آپ کو اطلاع دینے کا موقع نہ تھا پھر آپ کے گھر کو اپنا گھر سمجھتا ہوں اس تکلف کی کیا ضرورت ہے کہ آپ میرے لئے کوئی خاص اہتمام کریں۔ ایک اشد ضروری معاملے میں... آپ کو تکلیف دینے آیا ہوں اس وقت ہوا خوری ملتوی کیجئے اور چل کر میرا قصہ غم سنئے۔"

"آپ نے تو مجھے دحشت میں ڈال دیا آپ اور قصہ غم؟ مجھے تو دحشت ہوتی ہے۔"

"چلئے اطمینان سے بیٹھوں تو سناؤں۔"

ہم دونوں [illegible] کی طرف چلے۔

[illegible] الائچی کے بعد مسٹر شاطر نے اپنی داستان سنانی شروع کی۔

"[illegible] میں تو آپ تشریف لے گئے تھے۔ اس سے قبل بھی آپ نے اسے دیکھا تھا میرا خیال ہے کہ ایک سلیقہ [illegible] لوازمات کی ضرورت ہے وہ سب اس میں کافی زیادہ موجود ہیں آپ کا خیال ہے؟"

میں نے گرم جوشی سے کہا "میں آپ سے زیادہ کسم کا مداح ہوں ایسی سلیقہ شعار، باحیا، متین، خوش مزاج اور حسین لڑکی میں نے نہیں دیکھی۔"

شاطر صاحب نے مایوسانہ تبسم کے ساتھ فرمایا "وہی کسم اپنے شوہر کی بے اعتنائی کے باعث رو رو کر مری جاتی ہے اس کی رخصتی ہوئی ایک سال ہو رہا ہے۔ اس دوران میں دو تین بار سسرال گئی لیکن اس کا شوہر اس سے مخاطب ہی نہیں ہوتا۔ اس کی صورت سے بیزار ہے۔ میں نے ہر چند چاہا اسے بلا کر دریافت حال کروں مگر میرے خطوط کا جواب دینا بے سود ہے۔ نہ جانے ایسی کیا بات ہو گئی ہے کہ اس نے یہ روش اختیار کی۔ اب سنتا ہوں اس کی دوسری شادی ہونے والی ہے کسم کا برا حال ہو رہا ہے۔ آپ شاید اسے دیکھ کر پہچان بھی نہ سکیں۔ ہمیں پرماتما نے کوئی لڑکا نہ دیا مگر ہم اپنی کسم کو پا کر اس کا شکر کرتے تھے، اسے کتنی نعمت سے پالا کبھی اس کو پھول کی چھڑی سے بھی نہ چھوا۔ اس کی تعلیم و تربیت میں کوئی دقیقہ نہ چھوڑا۔ اس نے بی اے پاس نہیں کیا لیکن خیال کی وسعت اور معلومات میں وہ کسی اعلیٰ درجہ کی تعلیم یافتہ عورت سے کم نہیں، آپ نے اس کے مضامین دیکھے ہیں۔ لیکن وہ اپنے شوہر کی نظر میں دنیا کی بدترین عورت ہے۔ بار بار پوچھا تو نے انہوں اسے کچھ کہہ دیا ہے یا کیا بات ہے آخر وہ تجھ سے کیوں برگشتہ خاطر ہے؟" کسم اس کے جواب میں رو کر یہی کہتی ہے کہ مجھ تو انہوں نے کبھی کوئی بات چیت ہی نہیں کی وہ پہلے دن ذرا دیر کے لئے کسم کے پاس آیا تھا۔ میرا خیال ہے کہ اس نے کسم سے کوئی سوال کیا ہوگا۔ اس نے شرم کے باعث کوئی جواب نہیں دیا ہوگا۔ میں یہ بھی ماننے کو تیار ہوں کہ اس نے دو چار بار وہی سوال کیا ہوگا کسم نے سر نہ اٹھایا ہوگا آپ جانتے ہیں وہ کتنی شرمیلی ہے بس حضرت روٹھ گئے ہوں گے۔ میں تو گمان ہی نہیں کر سکتا کہ کسم جیسی لڑکی سے کوئی مرد بے اثر رہ سکتا ہے، لیکن طبیعت کی افتاد کا کوئی کیا کرے؟ غریب نے اپنے شوہر کے نام متعدد خطوط درد اور سوز میں ڈوبے ہوئے لکھے، مگر اس ظالم نے اس کے خطوط کا کوئی جواب نہ دیا سب ہی خطوط واپس کر دیے۔ میری سمجھ میں نہیں آتا کہ اس سنگدل کو کیسے رام کروں، میری غیرت تو تقاضا نہیں کرتی کہ خود اس کے پاس کچھ لکھوں اب آپ سے یہی التجا ہے کہ اس معاملے میں میری امداد کیجئے ورنہ غریب کسم مر جائے گی اور اس کے بعد ہم دونوں بھی اس دنیا سے رخصت ہو جائیں گے۔ اس کی کوفت اب نہیں دیکھی جاتی۔

شاطر کی آنکھیں پرآب ہو گئیں میں بھی بہت متاثر ہوا، سرگرمی سے بولا "میں آج ہی مراد آباد جاؤں گا اور اس خردماغ لونڈے کی بری طرح خبر لوں گا کہ وہ بھی یاد کرے گا، زبردستی گھسیٹ کر لاؤں اور کسم کے پیروں پر گرا دوں گا۔"

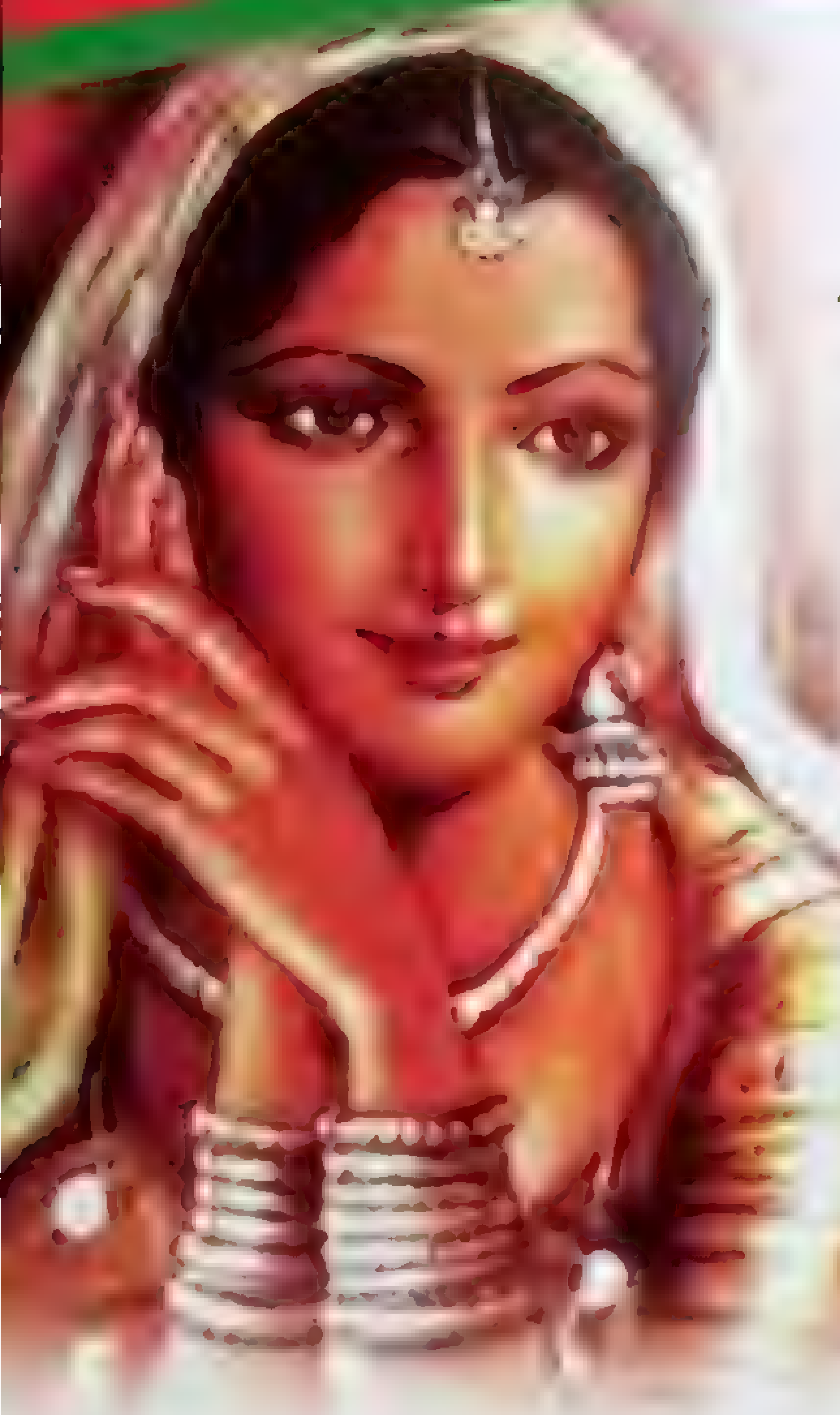
شاطر صاحب میری اس خود اعتمادی پر مسکرا کر بولے "کیا کہیں گے اس سے؟"

"یہ نہ پوچھئے! تالیف قلب کے جتنے نسخے ہیں ان سبھی کی آزمائش کروں گا" "تو آپ کو مطلق کامیابی نہ ہوگی۔ وہ اتنا خلیق، اتنا خندہ رو، اتنا منکسر المزاج، اتنا شیریں زبان ہے کہ آپ وہاں سے اس کے مداح ہو کر لوٹیں گے۔ وہ ہر وقت دست بستہ آپ کے روبرو کھڑا ہوگا۔ آپ کی ساری تندی اور تیزی فرو ہو جائے گی۔ میں چاہتا ہوں کہ آپ کسم کی جانب سے ایک ایسا دل ہلا دینے والا خط لکھیں کہ وہ نادم ہو جائے اور اس کے دل میں سویا ہوا انسان جاگ پڑے میں آپ کا تازیست ممنون رہوں گا۔"

> میں آپ سے زیادہ کسم کا مداح ہوں ایسی سلیقہ شعار باحیا، متین، خوش مزاج اور حسین لڑکی میں نے نہیں دیکھی

مسٹر شاطر ہی شاعر تو ٹھہرے اس تجویز میں بھی شعریت کا عنصر غالب تھا۔ آپ میرے کئی قصے پڑھ کر رو پڑے ہیں۔ اس سے آپ کو یقین ہو گیا ہے کہ میں جس دل کو چاہوں متاثر کر سکتا ہوں، آپ کو یہ معلوم نہیں کہ ہر شخص شاعر نہیں ہوتا اور نہ یکساں رقیق القلب۔ جن قصوں کو پڑھ کر شاطر صاحب روئے ہیں ان ہی قصوں کو سنتے ہی بعض حضرات نے ہنسی سنبھال کر کتاب پھینک دی ہے، مگر اس وقت ان نکتہ چینیوں کا موقع نہ تھا۔ وہ مجھ میں اپنا پیچھا چھڑانا چاہتا ہوں اس لئے میں نے ہمدردانہ انداز میں کہا آپ کی تجویز سے مجھ پورا اتفاق ہے اگرچہ میرے خیال میں آپ نے امکانات کا مبالغہ آمیز اندازہ کیا ہے لیکن میں خط لکھ دوں گا اور جہاں تک ہو سکے گا اظہار درد کے ساتھ اس کے جذبہ انصاف کو متحرک کرنے کی بھی کوشش کروں گا، لیکن آپ غیر مناسب نہ سمجھیں تو مجھے وہ خطوط دکھا دیں جو کسم نے اپنے شوہر کے نام لکھے اس نے خطوط تو لوٹا ہی دیئے تھے۔ اگر کسم نے پھاڑ نہ ڈالے ہوں گے تو وہ چٹھیاں ضرور اس کے پاس ہوں گی۔ ان خطوط سے مجھے معلوم ہو جائے گا کہ کن پہلوؤں پر لکھنے کی گنجائش باقی ہے۔

مسٹر شاطر نے جیب سے خطوط کا ایک پلندہ نکال کر میرے سامنے رکھ دیا اور بولے "میں سارے خطوط لیتا آیا ہوں میں جانتا تھا کہ آپ ان خطوط کو دیکھنا چاہیں گے آپ انہیں شوق سے دیکھیں کسم جیسے میری لڑکی ویسے ہی آپ کی بھی لڑکی ہے۔ آپ سے کیا پردہ ہے؟"



میں نے خط ... پڑھنا شروع کیا ... پر بہت خوشخط لکھے ہوئے خط ہوتے تھے۔ پہلا خط
میرے آقا! مجھے یہاں آئے ہوئے ایک ہفتہ ہو گیا لیکن آنکھیں نہیں جھپکیں۔ ساری رات کروٹیں بدلتے گزر جاتی ہے ... [illegible] ... آپ مجھے ... رہے ہیں۔ آپ مجھے مجرم سمجھتے ہیں ... [illegible] ... بے اعتنائی ... ہے۔ میں آپ کے ... [illegible] ... جیسے عذاب سے ... [illegible] ... آپ نے اپنی ... کی معافی ... [illegible] ... آپ ... ہوگا کہ جب دوپہر کو ... سوچتا ... [illegible] ... مگر آپ نے کبھی التفات نہ کیا۔ آپ نے ... [illegible] ... وقت میرے دل کی کیا حالت ہوتی تھی اس کا شاید آپ اندازہ نہ کرسکیں گے۔ میرے ... اس درد کا اندازہ کرسکتی ہیں۔ میں نے سہیلیوں سے ان کی عروسی کے تذکرے سن سن کر جو خیالی جنت بنائی تھی اسے آپ نے کتنی بے دردی سے منہدم کردیا۔ کیا میرا آپ پر کوئی حق نہیں ہے؟ عدالت بھی کسی مجرم کو سزا دیتی ہے تو اس پر فردِ جرم لگا دیتی ہے، آپ نے اتنی عنایت بھی نہ کی کہ مجھے خطا معلوم ہو جاتی تو آئندہ کے لئے سنبھل جاتی۔ آپ میری دلجوئی کریں، پھر دیکھئے میں اپنی خامیوں کو کتنی جلدی پورا کر لیتی ہوں۔ آپ کی نگاہ محبت مجھے چمکا دے گی، میرے ذہن کی جلا کر دے گی، مجھ میں قوت بیان پیدا کر دے گی۔ میرے لئے نگاہ معجزہ ثابت ہوگی،

میرے پیارے آقا! آپ کی یہ بے رحمی میرے دل و دماغ کو فنا کئے ڈالتی ہے، میرا دل بہت کمزور ہے، میں اس عتاب کی متحمل نہیں ہوسکتی۔ مجھے دعویٰ ہے کہ آپ کی جو خدمت میں کرسکتی ہوں حقیقی پرستش میں کرسکتی ہوں وہ کوئی دوسری عورت نہیں کرسکتی، آپ عالم فاضل ہیں، طبائع انسانی کے ماہر ہیں، بیدار مغز ہیں، آپ کی لونڈی آپ کے روبرو کھڑی نگاہ کرم کی بھیک مانگ رہی ہے، کیا اس کے سوال کو ٹھکرا دیجئے گا۔

آپ کی خطاوار .... کسم

میں یہ خط پڑھ کر بے حد متاثر ہوا۔ ہاں! یہ وہ زمانہ ہے جب دو مسافر منزل حیات میں باہم رفیق بن جاتے ہیں ایک دوسرے کو آسائش پہنچانے کی ذمہ داری دونوں پر برابر ہے، اگر ایک جو زیادہ طاقتور ہے اپنے مزور رفیق پر پہلے ہی چند لمحوں میں رعب جمانا شروع کرے تو منزل کا خدا ہی حافظ ہے۔

پھر میں نے دوسرا خط پڑھنا شروع کیا۔

دوسرا خط ...

میرے سرتاج! دو ہفتے تک جواب کا انتظار کرنے کے بعد آج پھر یہ شکوہ نامہ لکھنے بیٹھی ہوں جس وقت میں نے وہ خط لکھا تھا میرا دل گواہی دے رہا تھا کہ اس جواب ضرور آئے گا، امید کے خلاف امید کر رہی تھی۔ میرا دل اب بھی اسے قبول نہیں کرتا کہ آپ نے عمداً جواب نہیں دیا غالباً آپ کو فرصت نہیں ملی یا خدانخواستہ طبیعت تو ناساز نہیں ہے۔ کس سے پوچھوں؟ اس خیال سے ہی میرا دل کانپتا ہے۔ میری ایشور سے یہی التجا ہے کہ آپ خوش و خرم ہوں، مجھے خط نہ لکھیں نہ سہی میں رو کر خاموش ہی تو ہو جاؤں گی۔ آپ کو خدا کا واسطہ ہے اگر آپ کی طبیعت ذرا بھی مضمحل ہو تو مجھے فوراً لکھنے میں کسی کو ہمراہ لے کر آ جاؤں گی۔ میرے دیوتا آپ ہیں، میرے گورو آپ ہیں، مجھے اپنے قدموں سے جدا نہ کیجئے، مجھے ٹھکرایئے نہیں، میں محبت اور خدمت کے پھول لئے عصمت اور وفا کی نذر دامن میں بھرے پجارن کی طرح آپ کی خدمت میں حاضر ہوں۔ مجھے ان پھولوں کی اس نذر کو اپنے قدموں پر رکھنے دیجئے، پجارن کا کام تو پوجا کرنا ہے، دیوتا اس کی پوجا قبول کرتا ہے یا نہیں۔ یہ سوچنے کی اسے فرصت کہاں ہے؟ میرے آقا! شاید آپ کو معلوم نہیں میری آج کل کیا کیفیت ہے، اگر معلوم ہوتا تو آپ ہرگز اس سرد مہری کا برتاؤ نہ کرتے۔ آپ مرد ہیں آپ کے دل میں رحم ہے، وسعت ہے، ... [illegible] ... کہ آپ مجھ جیسی چیز پر غصہ کرسکتے ہیں۔ میں آپ کے رحم کے لائق ہوں، کتنی نحیف، کتنی بے زبان، کتنی حقیر، آپ آفتاب ہیں۔ میں ذرہ ہوں، آپ راجہ ہیں، میں بھکارن ہوں غصہ تو برابر والوں پر آتا ہے، آپ کے غصہ کی تحمل نہیں ہوں۔ اگر آپ سمجھتے ہیں میری آپ کو ضرورت نہیں تو مجھے اپنے ہاتھوں سے زہر کا پیالہ دے دیجئے میں اسے آب حیات کی طرح سر اور آنکھوں سے لگاؤں گی اور آنکھیں بند کرکے پی جاؤں گی۔ مجھے یہ تسکین کافی ہے کہ میری موت سے آپ کو بے فکری ہوئی۔ زندگی جب آپ کی نذر ہو گئی تو اسے ماریں یا زندہ رکھیں یہ آپ کی خوشی ہے۔ میں تو اتنا ہی جانتی ہوں کہ میں آپ کی ہوں اور ہمیشہ آپ کی رہوں گی اس جنم میں ہی نہیں آئندہ جنموں میں بھی، بلکہ ابد تک۔

آپ کی بدنصیب ... کسم

مجھے یہ خط پڑھ کر کسم پر غصہ آنے لگا اور لونڈے سے نفرت ہوگئی۔ مانا کہ تم عورت ہو اور حال کے رواج کے مطابق مرد کو تمہاری اوپر ہر طرح کا اختیار ہے، لیکن اس حد تک انکسار کیا معنی؟ عورت کو خوددار ہونا چاہئے۔ اگر مرد اس سے بے اعتنائی کرتا ہے تو اسے بھی چاہئے کہ اس کی بات نہ پوچھے۔ عورتوں کو دھرم، فرض اور تیاگ کا سبق پڑھا پڑھا کر ہم نے خودداری اور خوداعتمادی دونوں کا خاتمہ کردیا ہے۔ اگر مرد عورت کا محتاج نہیں تو عورت مرد کی محتاج کیوں ہو؟

خیر میں نے تیسرا خط کھولا اور پڑھنے لگا۔

تیسرا خط

عدالت بھی کسی مجرم کو سزا دیتی ہے تو اس پر فرد جرم لگا دیتی ہے، آپ نے اتنی عنایت بھی نہ کی کہ مجھے خطا معلوم ہو جاتی

میرے دل و جان کے مالک! اب مجھے معلوم ہو گیا میرا زندہ رہنا بے سود ہے جس پھول کو دیکھنے والا، چننے والا، کوئی نہیں وہ کھل کر کیا کرے۔ میں آپ کے ہاں ایک مہینہ رہ کر دوبارہ آئی ہوں۔ سسر جی نے مجھے بلایا، انہوں نے ہی مجھے رخصت کردیا اس دوران آپ نے ایک بار بھی مجھے درشن نہ دیئے۔ آپ دن میں بیسیوں ہی مرتبہ گھر آتے تھے، اپنے بہن بھائیوں سے ہنستے بولتے تھے، یار دوستوں کے ساتھ سیر کرتے تھے، لیکن میرے پاس آنے کی آپ نے قسم کھالی تھی۔ میں نے کتنی بار آپ کے پاس کتنے رقعے بھیجے، کتنی منتیں کیں، کتنی بار بے شرمی کرکے آپ کے کمرے میں گئی، لیکن آپ نے مجھے کبھی آنکھ اٹھا کر بھی نہ دیکھا۔ میں تو قیاس میں بھی نہیں کرسکتی کہ کوئی انسان اتنا سنگدل ہوسکتا ہے۔ میں محبت کے قابل نہیں اعتبار کے قابل نہیں، خدمت کے قابل نہیں، کیا رحم کے قابل بھی نہیں؟ میں نے اس دن کتنی محبت سے آپ کے لئے رس گلے بنائے تھے آپ نے انہیں چھوا بھی نہیں۔ جب آپ مجھ سے اس قدر برداشتہ خاطر ہیں تو میں نہیں سمجھتی کہ زندہ رہ کر کیا کروں؟ نہ جانے وہ کون سی امید ہے جو مجھے زندہ رکھے ہوئے ہے؟ کیا ستم ہے کہ آپ سزا دیتے ہیں مگر جرم نہیں بتلاتے۔ یہ کون سا آئین انصاف ہے آپ کو معلوم ہے کہ اس ایک ماہ کے قیام میں، میں نے مشکل سے آپ کے یہاں دس دن کھانا کھایا ہوگا۔ میں اتنی کمزور ہوگئی ہوں کہ چلتی ہوں تو آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے۔ خیر ستالیجئے، جتنا جی چاہے رلا لیجئے اس ستم کی بھی ایک دن انتہا ہو جائے گی۔ اب تو موت پر ہی ساری امیدیں قائم ہیں۔ میں جانتی ہوں کہ میری موت کی خبر پاکر آپ مسکرائیں گے، آپ کی آنکھوں سے آنسو کی ایک بوند بھی نہ گرے گی، مگر آپ کی کوئی خطا نہیں یہ میری بدنصیبی ہے۔ میرے ہی اعمال کا نتیجہ ہے۔ اس جنم میں کوئی بہت بڑا گناہ کیا تھا۔ میں چاہتی ہوں میں بھی آپ کی پروا نہ کروں، آپ ہی کی طرح لیکن نہ جانے کیوں میں اپنے میں وہ طاقت نہیں پاتی۔

میری ایک سہیلی کی اس سال شادی ہوئی ہے اس کا شوہر جس وقت سسرال آتا ہے شوق کے پاؤں زمین پر نہیں پڑے۔ دن میں کتنے روپ بدلتی ہے، کہہ نہیں سکتی۔ چہرہ کھل جاتا ہے، مسرت سنبھالنے میں نہیں آتی، اسے چھیڑتی ہے ... ہم جیسے بدنصیبوں سے آ کر گلے سے لپٹ جاتی ہے اور اس کے منہ سے خوشیوں کی بارش ہونے لگتی ہے۔

اس افسانے کی دوسری قسط آئندہ ماہ پڑھئے

کوئی عارضہ ہو کچن دے آرام

موسم بدلے تو کچن کا رُخ کر لینا بہتر کیوں؟

جب بھی موسم کروٹیں بدلے اس درمیانی عرصے میں الرجی، کھانسی، نزلے، گلے میں خراش اور بخار جیسے امراض کا ہونا فطری سی بات ہے۔ الرجی ہو یا وائرل انفیکشن اس سے بچاؤ کی اہم تدابیر دیسی طریقہ علاج ہے۔ کیونکہ اس کے side effects نہیں ہوتے۔ مثلاً ادرک، گلاب، لہسن، Thyme بھاپ لینا یا یوکلپٹس اور کا جوپت Tea Tree سے کشید کردہ تیل کا استعمال بے حد مفید ہو سکتا ہے۔ اگر طبیعت زیادہ خراب ہو تب اور بات ہے۔ ذیل میں ہم علیحدہ علیحدہ ان غذاؤں اور جڑی بوٹیوں کی معالجاتی تدابیر شائع کر رہے ہیں۔

گلاب کی پنکھڑیوں سے تیار چائے اور جوشاندہ

یہ قطعی حیرت انگیز تجربہ نہ ہوگا، کیونکہ گلاب کی پنکھڑیوں میں موجود وٹامنز اور دیگر صحت بخش اجزا، غذائیت کا حصول یقینی بناتے ہیں۔ یہ اجزاء فوری طور پر جسم میں جذب ہو جاتے ہیں، مگر اس کے لئے گلاب کا جوشاندہ تیار کر لیں۔ مٹھی بھر گلاب کی تازہ یا خشک پتیاں رات بھر پانی میں بھگو دیں۔ اس کے بعد ڈھائی کپ پانی میں انہیں جوش دے لیں اور اس آمیزے کو چھان کر کپ میں نکال کر ایک چائے کا چمچ شہد ملا کر پی لیں۔ رات کو بے چین کر دینے والی کھانسی سے نجات حاصل ہو سکتی ہے اور گلاب ایسا پھول نہیں کہ جو عام دستیاب نہ ہو۔

ادرک نزلے، زکام میں قیمتی دوا ہے

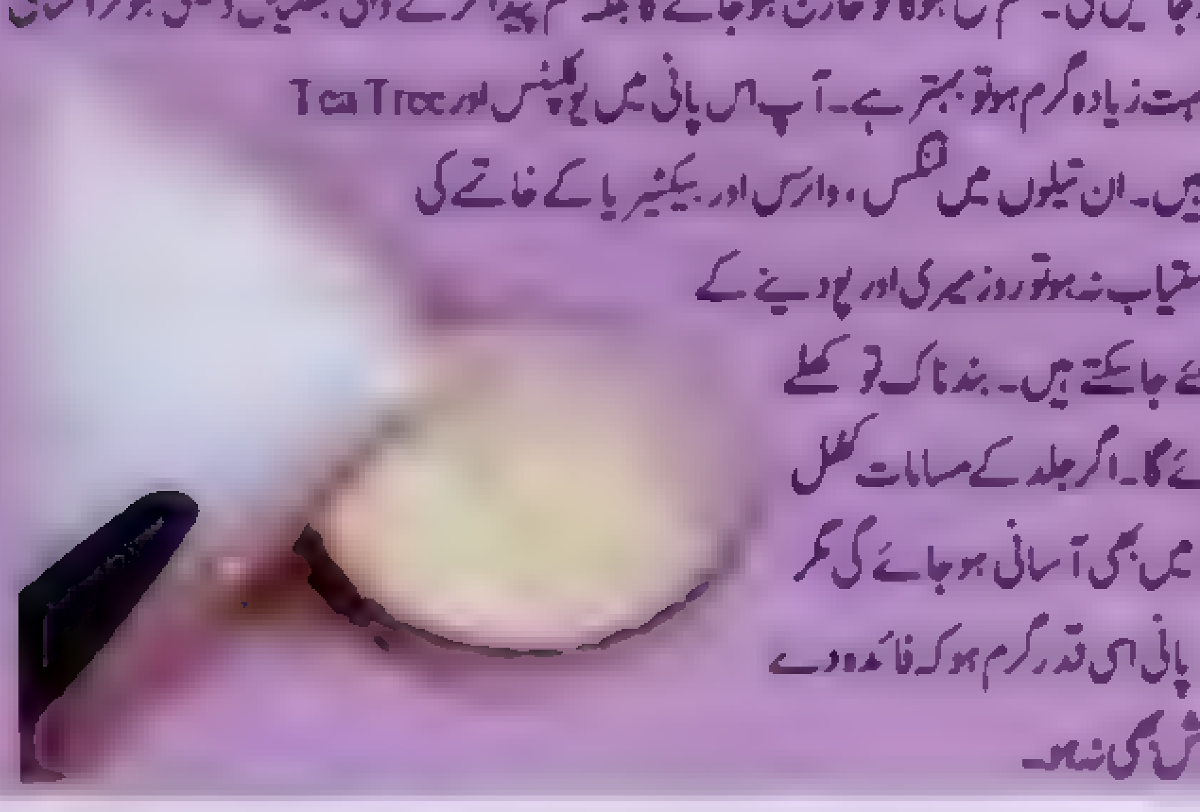
اسے روایتی چینی طریقہ علاج میں ٹھنڈ کے ساتھ ہونے والے بخار، سر درد اور پٹھوں کے درد میں کثرت سے استعمال کیا جاتا ہے۔ ہمارے مشرقی گھرانوں میں بھی جڑی بوٹیوں سے مدد لی جاتی ہے اور اب یورپی طبی ماہرین بھی اسے نزلے زکام کا شافی علاج تصور کرنے لگے ہیں۔ ادرک میں مدافعتی نظام متحرک کرنے کی صلاحیت ہے۔ اس کی تاثیر گرم ہے۔ سوزش میں کمی کرتی ہے اور توانائی بحال رکھتی ہے۔ یہ انتہائی قیمتی دوا ہے۔ اس کا تیکھا ذائقہ دورانِ خون کو تیز کرتا ہے۔ جسم کے فاسد مادوں کو ضائع کر کے بند ناک کو کھولتا ہے۔ آپ چاہیں تو ادرک کے رس میں لیموں کے چند قطرے ڈال کر خوش ذائقہ شربت تیار کر سکتی ہیں۔ ادرک کے آمیزے کو پہلے پکا لیں اور تھوڑی دیر کمرے کے درجہ حرارت ہی میں ٹھنڈا کر کے لیموں کا رس شامل کر لیں۔ البتہ ایک احتیاط لازمی ہے کہ ادرک کے آمیزے کو ایلومینیم کے برتن میں نہ پکائیں۔ اسے نیم گرم رکھ کر وقفے وقفے سے پئیں اور نزلے زکام کو بڑھنے سے حتی الامکان حد تک روکیں۔

لہسن صحت کا نسخہ

وائرس بیکٹیریا کو ختم کرنے کی بہترین صلاحیت رکھنے والی سبزی ہے۔ نزلہ، زکام اور کھانسی کا بہترین قدرتی علاج ہے اور شہد کے ساتھ اس کا استعمال بہت جلد فائدہ دیتا ہے۔ لہسن کو ہاون دستے میں کوٹ کر یا بیلنے پر کچل کر ڈیڑھ کپ پانی میں حل کر لیں۔ ہلکی آنچ پر گرم کر کے لیموں نچوڑ کر یا شہد کے ساتھ کھائیں۔ اسے شیشی میں محفوظ بھی کیا جا سکتا ہے۔ ایک کھانے کے چمچ کے برابر کھانے سے آرام ملتا ہے۔

بھاپ لینے سے فیشل بھی ہو جائے گا

خوب گرم پانی میں ایسینشل آئل کے چند قطرے شامل کر کے بھاپ کو سانس کے راستے اندر کھینچ جائے تو نالیوں تک حرارت پہنچے گی اور وہ مرطوب ہو جائیں گی۔ بلغم جمع ہوگا تو خارج ہو جائے گا بلکہ بلغم پیدا کرنے والی جھلیں ڈھیلی ہو کر آسانی سے بلغم خارج کر دیں گی۔ پانی بہت زیادہ گرم ہو تو بہتر ہے۔ آپ اس پانی میں یوکلپٹس اور Tea Tree سے کشید کردہ تیل شامل کر سکتی ہیں۔ ان تیلوں میں فنگس، وائرس اور بیکٹیریا کے خاتمے کی افادیت موجود ہے۔ اگر یہ تیل دستیاب نہ ہو تو روزمیری اور پودینے کے تیل سے بھی یہی فوائد حاصل کیے جا سکتے ہیں۔ بند ناک تو کھلے گی ہی آپ کا چہرہ بھی نکھر سا جائے گا۔ اگر جلد کے مسامات کھل گئے ہوں تو بلیک ہیڈز کی صفائی میں بھی آسانی ہو جائے گی مگر سارا پروسیس احتیاط سے کریں۔ پانی اسی قدر گرم ہو کہ فائدہ دے اور نتھنے نہ جلنے لگیں یا حلق میں خراش بھی نہ ہو۔



Thyme

Thyme میں ایک مخصوص تیل تھائی مول پایا جاتا ہے، جس میں جراثیم کش خصوصیات موجود ہوتی ہیں۔ اس کی وجہ سے مدافعتی نظام فعال رہتا ہے۔ پودینہ ایک ٹانک بھی ہے جس سے سینے پر جمع ہوا بلغم اور سانس کی نالیوں کا کھنچاؤ ختم ہوتا ہے۔ اس کا بھی جوشاندہ یا چائے تیار کی جا سکتی ہے۔ تھائم کی پتیاں یا پھول ایک چائے کے چمچ کے برابر لے کر ایک کپ پانی میں 10 منٹ تک جوش دے لیں، پھر تھوڑا سا شہد اور لیموں کے چند قطرے ڈال کر نیم گرم حالت میں پی لیں۔ خیال رہے کہ جوشاندہ اور چائے کھانے سے آدھ گھنٹے پہلے لے لینا بہتر ہوتا ہے۔

مرحبا
SINCE 1975
The Purity Discovered
قطرہ قطرہ خالص اجزاء کا احساس
مرحبا مشروبات
شربت
گل بہار
www.marhaba.com.pk
100 فیصد خالص مشروبات

بچّوں سے مدد لیجئے

کیونکہ یہ ذمہ دار شہری گھر سے ہی بنیں گے

درخشاں فاروقی

بچوں کی چھٹیاں ہوں نہ ہوں ان کی جسمانی اور شخصی تربیت کے لئے ضروری ہے کہ انہیں غیر نصابی سرگرمیوں میں شریک کیا جائے۔ بلاشبہ اسکول میں یہ کھیلوں اور تقاریر کے مقابلوں میں شرکت کرتے ہیں تو ان کی ذہنی و جسمانی صحت پر خوشگوار اثر پڑتا ہے۔ تاہم گھریلو کام کاج میں کسی بھی وقت حصہ لیا جاسکتا ہے۔ بچوں کو مکمل طور پر گھر کی صفائی یا کھانے پکانے اور کپڑوں کی دھلائی پر مامور نہیں کیا جاتا، لیکن انہیں صحت مند سرگرمیوں میں شریک کرکے ان کی مہارتوں میں اضافہ کیا جاسکتا ہے۔

گھر کے کام کاج ضروری کیوں ہیں؟

- ۶ برس کی عمر کا بچہ کھانے کے بعد اپنی پلیٹ کچن میں رکھ کر آئے یا پانی کا گلاس دھوکر شیلف میں رکھے، خاصی انوکھی بات ہے۔ لیکن اگر 9 یا 10 برس کا بچہ ایسا کرے تو وہ سوشل اور متوازن شخصیت کا حامل کہلائے گا۔ مہمانوں یا والدین کی نظروں میں اپنے لئے خصوصی توجہ اور پیار پا کر اس کی جذباتی تسکین بھی ہوگی اور تعریف و توصیف کے چند کلمات اس کی حوصلہ افزائی بھی کریں گے۔
- بچہ اسے اپنی ذمہ داری سمجھنے لگے گا اور اسے اپنی شخصیت کے کارآمد ہونے کا احساس ہوگا۔
- اس میں کسی بھی کام کو بروقت مکمل کرنے کے علاوہ انتظامی صلاحیتوں جیسے عمدہ خواص اُبھریں گے۔
- زندگی میں کبھی ایسے بچے کو گھر سے دُور رہنا پڑے، بیرونِ ملک تعلیم حاصل کرنے جانا ہو تو اسے بورڈنگ کے کام کاج دردسری معلوم نہیں ہوں گے۔ وہ اعتماد سے اپنے ذاتی کام خوش اسلوبی سے مکمل کرلیا کرے گا۔
- تربیت کے ان معمولی پروسیس کو بلا تخصیص gender مکمل کرلیا کریں تاکہ آپ کے بچے اور بچیاں مزاجاً بہتر رویوں پر مشتمل شخصیتوں میں ڈھلیں۔ زندگی میں آئندہ کیا ہونے والا ہے، کیا سب بچوں کو ملازم دستیاب ہوسکیں گے؟ اور کیا لڑکوں کو گھر کے چھوٹے چھوٹے کام کرتے ہوئے شرم آنا ان کے لئے نقصان دہ ہوگا۔ اس سے متعلق فی الفور قیاس آرائی نہیں کی جاسکتی۔ البتہ لڑکوں کی شخصیت کو لچکدار اور مزاج کو دوستانہ اور مفاہمانہ رکھنا بہت ضروری ہے۔

بڑے بچے شاہی جھاڑ پونچھ کرسکتے ہیں

- ڈرائنگ روم، لاؤنج اور بچوں کے کمرے جہاں بے ترتیبی کا شکار ہوں، فوراً بچوں کی مدد سے انہیں ترتیب دے لیا کریں۔ ایک صاف ستھرا ڈسٹر لے کر گرد و غبار پونچھنا اتنا زیادہ کٹھن کام ہے بھی نہیں۔ اگر بچے ویکیوم کلینرز استعمال کرسکتے ہوں تو انہیں قالین صاف کرنے میں بہت لطف محسوس ہوگا۔ جن گھروں میں قالین موجود نہیں وہاں پھول جھاڑو کی مدد سے صفائی کرنی پڑتی ہے۔ مائیں مدد کریں تو بچے اس کام میں بھی لطف محسوس کرتے ہیں۔

5 سے 7 برس کی عمر کے بچوں کے کام

- فرش سے بسکٹوں اور چپس کے خالی ریپر اٹھا کر ڈسٹ بن میں ڈالنا، اپنے بستر کی چادر درست کرنا۔
- اپنے تولیوں کو واش روم میں سلیقے سے رکھنا اور گندے تولیوں کو وہاں سے ہٹانا۔
- پالتو جانوروں کو دانہ پانی نکال کر دینا۔
- کھانے کی میز لگانے میں امی اور بڑی بہنوں کی مدد کرنا
- استعمال شدہ برتن اٹھا کر کچن میں رکھنا۔

8 سے 10 برس کے بچوں کے کام کاج

- برتن دھونے میں بڑی بہن یا امی کی مدد کرنا۔ دھلے ہوئے کپڑوں کو تہہ لگا کر اپنی الماریوں میں ترتیب دار رکھنا۔
- ناشتے کے وقت اپنے ٹوسٹ خود سینک لینا یا ٹوسٹ بنالینا۔

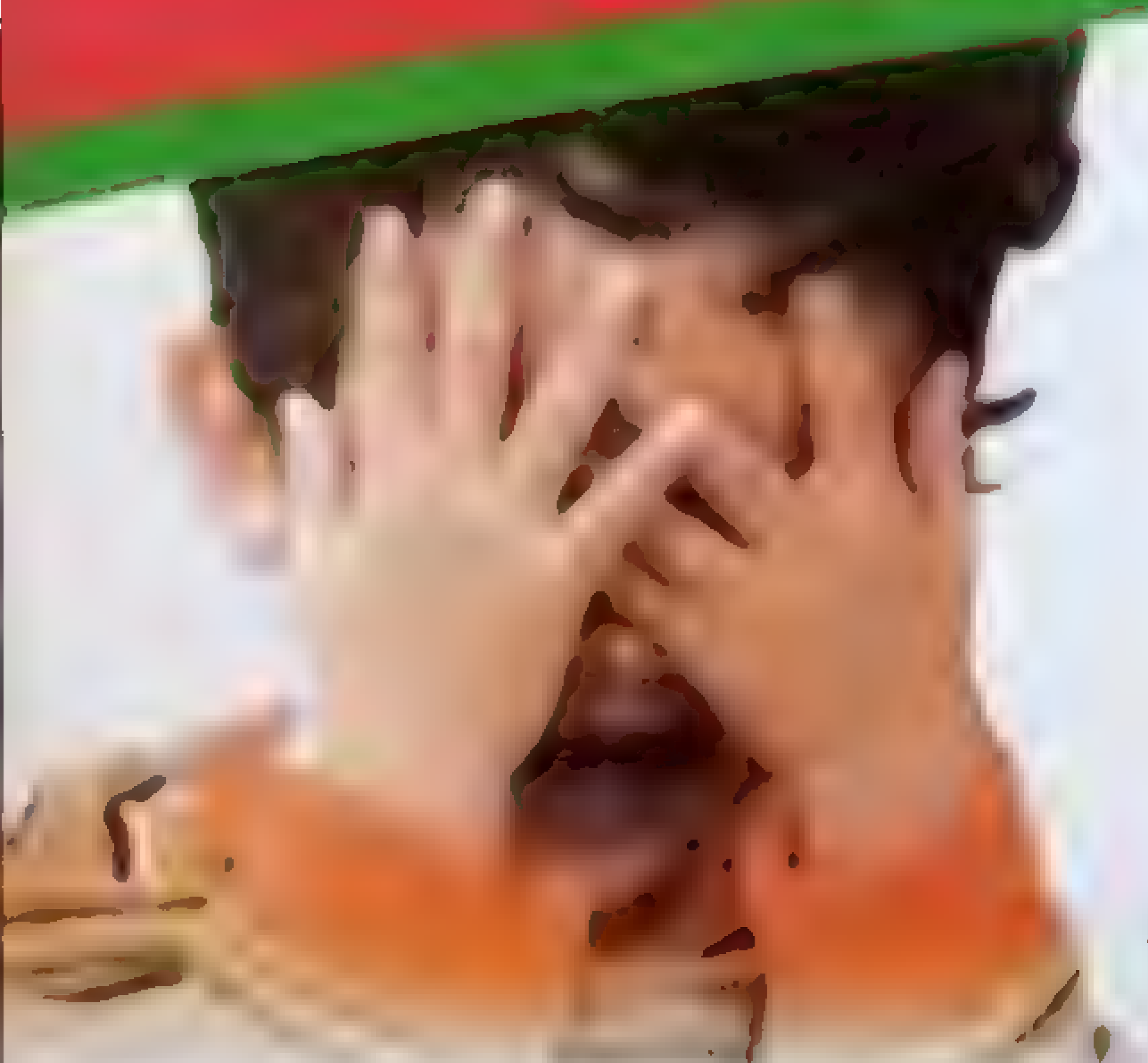
- دوپہر یا رات کے کھانے کو خود گرم کرلینا۔
- اپنے پوپ کارن خود بنانا سیکھ لیں کبھی امی گھر پر نہیں ہوتیں۔
- رفتہ رفتہ سبزی کاٹنا اور آلو چھیلنا بھی سیکھ لیں اور کھانا بنانے میں اپنی امی کی بھرپور مدد کریں۔ (چھری چاقو بچوں کے ہاتھ میں دیتے ہوئے ہمیشہ احتیاط کریں اور خود ان کے ساتھ رہیں)
- شاپنگ کرتے وقت بچوں کو آزادی سے اپنی چیزیں خریدنے دیں تاکہ ان میں روزانہ کے سودا سلف خریدنے کی اہمیت پیدا ہو۔ اب یہ دیکھنا آپ کا کام ہے کہ بچے اپنی غذاؤں میں پھل، سبزیاں اور صحت بخش آئٹم شامل کرتے ہیں یا صرف جنک فوڈ کا انتخاب کرتے ہیں۔

> 9 یا 10 برس کا بچہ کھانے کے بعد اپنی پلیٹ کچن میں رکھ کر آئے یا پانی کا گلاس دھوکر شیلف میں رکھے تو وہ سوشل کہلائے گا

- شاپنگ کے لئے بجٹ تفویض کرنا اور اسی محدود پیسے میں خریداری یقینی بنانا۔

بچے بہترین مددگار ہوتے ہیں

بچہ کسی عمر کا ہو، جوں ہی ذرا سمجھدار ہوتا ہے، بڑوں کی مدد کرنے کے لئے تیار نظر آتا ہے۔ خود اپنے ہاتھوں سے کھانا کھانے لگتا ہے اور ماں جو کام کرنے جارہی ہو لپکتا ہے۔ دراصل وہ ان کی مدد کرنا چاہتا ہے۔ یہ بچے کی فطری خواہش ہے کہ اسے اسی وقت اچھا رسپانس بھی ملے، اسکی حوصلہ افزائی کریں اور کوئی آسان کام اسے کرنے دیں۔ یہ ننھا منا بچہ سبزی نہیں کاٹ سکتا، چھری یا چاقو اس کے ہاتھ میں دینا گویا زندگی کو خطرے میں ڈالنا ہے، لیکن وہ بکھرے ہوئے کشن بے خطر ہوکر سرہانے رکھ سکتا ہے۔ تکیے کی پوزیشن ٹھیک کرسکتا ہے۔ اپنا ہیلمٹ اٹھا کر اِدھر اُدھر بحفاظت رکھ سکتا ہے۔ اپنے جوتوں کے ریک کو ٹھیک کرسکتا ہے۔ اپنے شوز پالش کرسکتا ہے۔ اپنا ٹوتھ برش سلیقے سے رکھ سکتا ہے، ٹوتھ پیسٹ کا ڈھکن سلیقے سے بند کرکے رکھ سکتا ہے۔ غرضیکہ شخصیت کو منظم انداز میں پروان چڑھانے اور گھر کی فضاء میں اپنی اہمیت منوانے کے لئے بچّوں کو اپنا مددگار بنانے پر آمادہ کرنا ضروری ہے۔ وہ ذہنی طور پر مدد کے لئے تیار ہوجائیں تو انہیں ڈسپلن میں لانا بھی والدین کی ذمہ داری ہے۔ اگر ملازم آپ کی ضرورت بن چکے ہیں تب بھی ان ہی پر مکمل انحصار کرنا ہرگز درست عمل نہیں۔ آپ کے بچے کس طرح ذہنی و جسمانی سطح پر فعال ہوں گے؟ انہیں ذمہ دار شہری بنانے کے لئے جہاں ان کے مزاج اور جذباتی رویوں کے اظہار میں بہتری لانے کی ضرورت ہے وہیں جسمانی طور پر بھی ایک متحرک شخصیت کی تشکیل والدین ہی کے ہاتھوں ممکن ہوتی ہے تو پھر ہوجائے شروعات!



بچّہ آخر اتنا روتا کیوں ہے؟

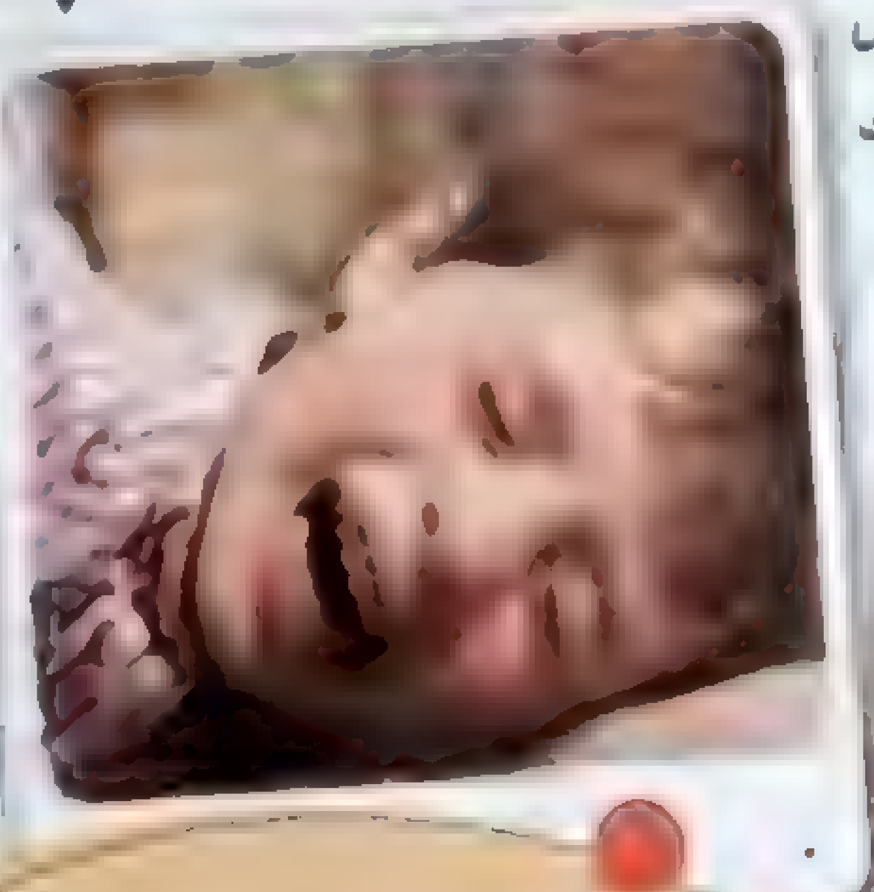
مائیں وجوہات جاننے کی کوشش کریں

تحریر: ہوم حبیب

جس گھر میں شیر خوار ہوں وہاں ان کے رونے کی آواز آنا معمول کی بات ہے وہ بول نہیں سکتے اور کہہ کر اپنی ضرورتوں کا احساس نہیں دلا سکتے لہٰذا ان کے رونے کی وجوہات معلوم کرنا بے حد دشوار ہوتا ہے۔ روتا بچّہ کی کیفیات اور احساسات کو ظاہر کرنے کا ذریعہ ہے عموماً... میں بچّہ کے بلکنے پر پریشان ہو جاتی ہیں جو کہ قدرتی عمل ہے لیکن یہ زیادہ بہتر ہے کہ آپ ان وجوہات کو جاننے کی کوشش کریں جن کے باعث آپ کا بچّہ رونے لگا ہے تا کہ اس کی ضرورت کی تسکین ہو سکے۔

بچّہ بھوک کی وجہ سے روتا ہے

شیر خوار بچے عموماً بھوک کی وجہ سے روتے ہیں اس کے علاوہ جب ان کا نیپکن گیلا ہو جاتا ہے تب بھی وہ بے چینی کا اظہار کرتے ہیں۔ بھوک برداشت کرنا بچوں کے لئے ناممکن سا عمل ہے نئی ماؤں کے لئے شروع میں بچّہ کے دودھ کے اوقات طے کرنا خاصا مشکل ہوتا ہے ماں بھی اولاد کی پرورش کے عمل سے پہلی مرتبہ گزر رہی ہوتی ہے۔ جو بچے ماں کے دودھ پر پل رہے ہوتے ہیں وہ ایک سے آدھا پون گھنٹے کے دوران ہی دوبارہ دودھ کے لئے بلک اٹھتے ہیں جبکہ ڈبہ کا دودھ پینے والے بچے دو ڈھائی گھنٹے سے پہلے بھوک کی شکایت نہیں کرتے ہیں بہر حال ماں کے دودھ کا کوئی نعم البدل نہیں



شیر خواروں میں اس بات کی شدید خواہش پائی جاتی ہے کہ انہیں سینے سے لگایا جائے پیار سے چمکارا جائے لاڈ اٹھائے جائیں

ہے، یہ جلد ہضم ہوتا ہے اس لئے بچے کو بار بار فیڈ کروانا ضروری ہو جاتا ہے اگر بچے کو بھوک لگی ہوگی تو وہ رو رو کر بے حال ہو جائے گا جب ماں اسے گود میں اٹھائے گی تو قدرتی طور پر چھاتی کی طرف لپکے گا ماں کو چاہئے کہ اپنا تمام کام کاج پس پشت ڈال کر بچّہ کی طلب پوری کرے کئی مرتبہ ایسا بھی ہوتا ہے کہ بچّہ دودھ بھی پی رہا ہوتا ہے اور مسلسل سسکیاں بھی لے رہا ہوتا ہے۔ اس صورت حال میں ماں اسے اپنی لمس کی حرارت کا احساس دلائے اور دودھ سے دور نہ کرے بلکہ پیٹ بھرنے دے جب اس کی طبیعت سیر ہو جائے گی تو بچّہ از خود چپ ہو جائے گا۔

بچّہ گود میں آنا چاہے تو...

جی ہاں! کبھی کبھار بچّہ محض اس لئے بھی روتا ہے کہ اسے ماں یا گھر کا کوئی فرد گود میں اٹھائے بچّہ ہو یا بڑا محبت کا اظہار ہر کوئی چاہتا ہے شیر خواروں میں اس بات کی شدید خواہش پائی جاتی ہے کہ انہیں سینے سے لگایا جائے پیار سے چمکارا جائے لاڈ اٹھائے جائیں۔ مائیں بچوں کو ناسمجھ جان کر نظر انداز نہ کریں اس ننھی سی جان میں اللہ رب العزت نے بے شمار حیرت انگیز صلاحیتیں رکھی ہیں چند دنوں کا بچّہ بھی اپنے والدین کی آواز پہچانتا ہے ان کی خوشبو سے باخبر ہوتا ہے لوگوں کے ہجوم میں بچّہ ماں کا چہرہ دیکھ کر اس کی طرف لپکتا ہے شیر خوار بچے اپنے والدین کا چہرہ دیکھنا پسند کرتے ہیں ان کی خواہش ہوتی ہے کہ ماں باپ ان کے قریب رہیں اکثر والدین سوچتے ہیں کہ بچے کو ہر وقت گود میں اٹھائے رکھنے سے اس کی عادت خراب نہ ہو جائے لیکن یاد رکھیے پیدائش کے ابتدائی چند ماہ میں ایسا کچھ نہیں ہوتا بچّہ کو زیادہ سے زیادہ توجہ دیں تا کہ اس کی شخصیت میں خود اعتمادی پیدا ہو اگر بچّہ رو رہا ہے تو آپ اسے گود میں لے لیں بچّہ مطمئن ہو کر چپ ہو جائے گا۔

ڈائپر بدلے بہت دیر ہو جائے تو...

عموماً بچے کا پوتڑا جیسے ہی گیلا ہوتا ہے وہ بے چین ہو کر رونا شروع کر دیتے ہیں گیلا ڈائپر فوراً تبدیل کر دیں تا کہ بچّہ کو کسی قسم کی الرجی یا سوجن سے محفوظ رکھا جا سکے گیلا اور غلیظ ڈائپر متعدد بیماریوں کو جنم دیتا ہے موسم سرما میں بچے کو ٹھنڈ لگ سکتی ہے رات کو اگر بچّہ سوتے میں رونے لگے تو فوراً نیپکن چیک کریں ضرورت ہو تو بدل لیں تا کہ بچّہ پر سکون ہو جائے ہر دفعہ نیپکن بدلتے وقت بچّہ کو اچھی طرح صاف کریں اور پیٹرولیم جیلی لگا کر صاف نیپکین دوبارہ پہنائیں۔

درد کہاں ہوتا ہے؟

دودھ پینے کے باوجود بچّہ رو رہا ہے بے چین ہو کر ایڑیاں اپنے بستر پر زور زور سے مار رہا ہے یا اپنی ننھی ہتھیلیوں سے کان رگڑ رہا ہے یہ تمام علامات ہیں کہ آپ کا بچّہ کسی قسم کی تکلیف میں مبتلا ہے یاد رکھیے کہ ہر مرتبہ دودھ پلانے کے بعد بچّہ کو ڈکار ضرور دلائیں تا کہ پیٹ سے زائد ہوا خارج ہو جائے اگر بچّہ ڈکار نہیں لے رہا تو اسے کاندھے پر پیٹ کے بل اٹھائیں اور اسے پشت سے سہلائیں تا کہ اس کے پیٹ پر زور پڑے اور وہ با آسانی ڈکار لے سکے بچے کا پیٹ یا پیٹھ کو آہستہ آہستہ سہلانا اس کے لئے بے پناہ سکون کا سبب بنتا ہے بالخصوص ریاحی درد کی شکایت میں اگر ماں بچّہ کو سینے سے چمٹا کر اس کی پیٹھ سہلائے تو بچّہ پر سکون ہو کر سو جاتا ہے اگر بچّہ مسلسل رو رہا ہو اور چپ نہیں ہو رہا تو فوری طور پر ڈاکٹر سے رجوع کریں بخار یا بیماری کی علامات ظاہر ہونے پر بچوں کے اسپیشلسٹ سے رجوع کرنا ضروری ہے۔

گرمی بہت لگے تو...

ایک ضابطے کے تحت ماں کے جسم پر کپڑے کی جتنی تہہ موجود ہو اس سے ایک تہہ زیادہ کی بچے کو ضرورت ہوتی ہے سردی ہو یا گرمی بچّہ کو روزانہ ہلکے گرم پانی سے نہلائیں گرمیوں میں نسبتاً ہلکے کپڑے پہنائیں جبکہ ٹھنڈے دنوں میں اونی لباس زیب تن کریں لوشن کریم کا استعمال کریں تا کہ بچّہ خود کو زلیش محسوس کرے سردیوں میں بچّہ گرم کمبل یا گرم کپڑوں میں خود کو پر سکون محسوس کرتا ہے یہی وجہ ہے کہ جب ماں کپڑے تبدیل کرتے وقت اسے نرم گرم ماحول سے اٹھاتی ہے تو وہ رو پڑتا ہے لیکن جیسے ہی آپ اسے دوبارہ کپڑے پہنا کر مطمئن کر دیتی ہیں تو وہ چپ ہو جاتا ہے۔

بسا اوقات روتے بچّہ کو گود میں اٹھا کر کمرے میں ہی ادھر ادھر چلنے سے بھی وہ رونا دھونا بھول کر خاموش ہو جاتا ہے بچّہ کو لوری سنائیں کہانیاں سنائیں تو وہ ہمہ تن گوش ہو جاتا ہے آواز والے کھلونے اس کی توجہ مبذول کرنے میں معاون ثابت ہو سکتے ہیں اگر بچّہ بلاوجہ رو رہا ہے تو ذرا چیک تو کریں کہ کہیں اس کے بستر یا کپڑوں میں کوئی چیونٹی تو نہیں گھس گئی ہے بسا اوقات بچّہ کو اس کے اپنے ہی نئے کپڑے تنگ کر رہے ہوتے ہیں اسے کوئی مکھی یا مچھر بھی تنگ کر سکتا ہے بچّہ مسلسل بے چین ہے تو اس کے جسم کا ٹمپریچر چیک کریں تا کہ یہ معلوم ہو کہ کہیں اس بخار وغیرہ تو نہیں ہے شیر خوار بچّہ کا ٹمپریچر معلوم کرنے کے لئے تھرما میٹر اس کے بغل میں دبائیں منہ میں رکھنے سے اجتناب برتیں ورنہ جراثیم پیٹ میں جانے کا خدشہ رہتا ہے یاد رہے کہ بیمار بچّہ کے رونے بلکنے کا انداز اور بھوکے یا پریشان بچّہ کے رونے کے انداز میں نمایاں فرق ہوتا ہے ماں اپنے تجربہ کی بنیاد پر یہ فرق جلد پہچان سکتی ہے۔

نئے دِن کی شُروعات کیسے ہو؟

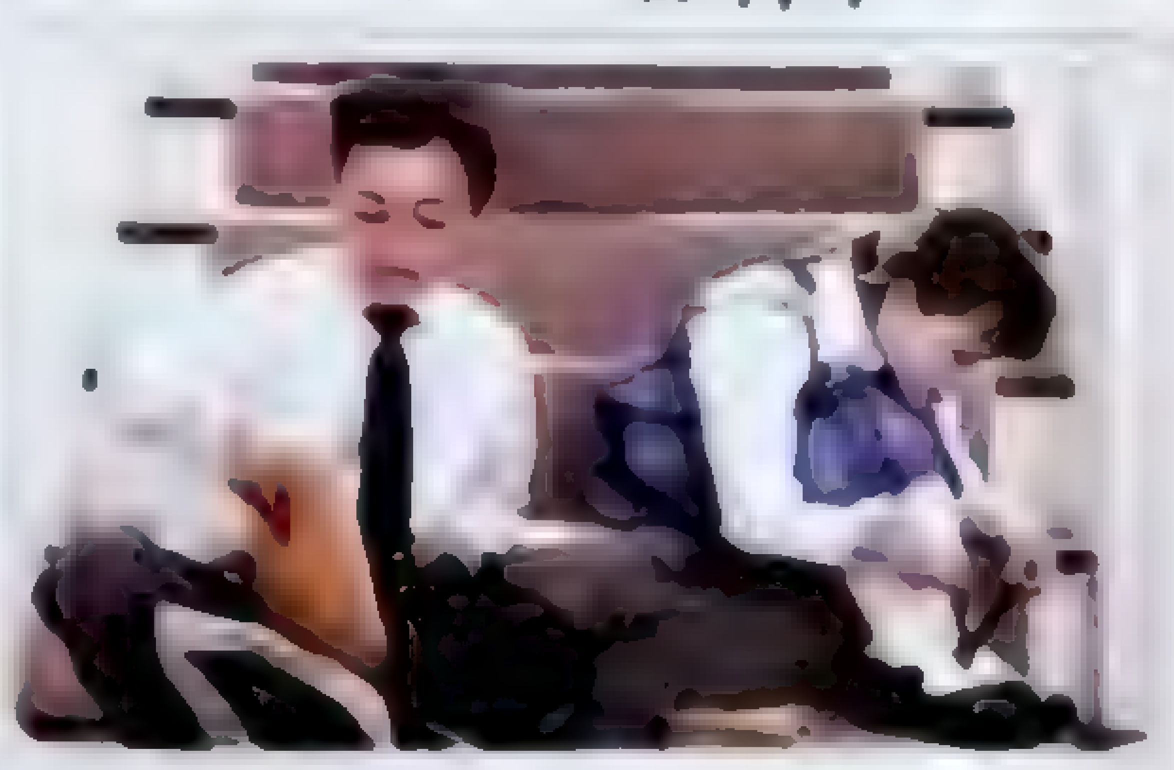
ڈسپلن اپنانے میں، دیر ہی کتنی لگتی ہے؟

"امی میرا پنسل بکس کہاں ہے؟"
"مجھے نیند آ رہی ہے، میں آج چھٹی کرلوں؟"
"کیا تم نے میرا لیپ ٹاپ چارج کیا ہے؟"
"ارے بچوں جلدی کرو، وین آنے والی ہے ابھی ناشتہ بھی کرنا ہے۔"
"سو بار کہا ہے گاڑی کی چابیاں ایک جگہ رکھا کرو۔"

یہ منظر نامہ ہے ایک ایسے گھر کا جہاں شوہر اور بچے لگ بھگ ایک ہی وقت میں اسکول اور کام پر جانے کے لئے تیار ہوتے ہیں، یہ شور شرابا، افراتفری اور مصروفیات روز کا معمول ہوتی ہیں۔ آپ پر تنقید ہوتی ہے کہ رات ہی کو کیوں ہر چیز ٹھکانے پر نہیں رکھ دی جاتی، صبح کا انتظار کیوں کیا جاتا ہے؟ پھر گاڑی کی چابیاں بچوں کے بیگز سے نکلتی ہیں اور پنسل بکس گڑیا کے گھر سے برآمد ہوتا ہے۔ لیپ ٹاپ چارجر دراز میں رکھا مل جاتا ہے۔ لیکن خاتون خانہ بوکھلائی بوکھلائی گھومتی نظر آتی ہیں، نہ چائے کا ہوش نہ کپڑوں کو سمیٹنے کی لگن، سر جھاڑ منہ پہاڑ بچوں اور اپنے پھوہڑ پن یا بدانتظامی کے مسائل سے الجھی رہتی ہیں۔ جنہیں اس وقت پریشان ہونے کے بجائے اہلِ منتظم ہونے کا ثبوت دینا چاہئے۔ وہی بکھری بکھری سی نظر آتی ہیں۔ ذیل میں کچھ آزمودہ نسخے درج کئے جا رہے ہیں جنہیں آپ کتابوں اور رسالوں میں پڑھتی تو ہیں مگر اپنی زندگیوں میں ان کا اطلاق ہوتا نظر نہیں آتا۔

1۔ جب آپ لوڈشیڈنگ کے فکر کا حل ڈھونڈ سکتی ہیں اور ایک رات قبل ہی بچوں کے یونیفارم اور شوہر کے کپڑے استری کرکے رکھ سکتی ہیں، چھوٹے بچوں کے لنچ بکسز کے لئے گھر کے کھانوں کی تیاری کرسکتی ہیں، کسی کے ادھڑے ہوئے کپڑے یا ٹوٹے ہوئے بٹنوں کی مرمت رات ہی کو کرلیتی ہیں تو ان دیگر چھوٹی چھوٹی چیزوں کو بھی ان کی جگہوں پر رکھ دیا کریں۔ اس میں کتنی دیر لگتی ہے؟ کم از کم اگلے روز کی کوفت سے تو بچیں گی۔ جوتے بھی رات ہی کو پالش ہو جائیں گے۔ پی ٹی شوز درکار ہوں تو ذرا دیکھ لیں دھونے کی ضرورت پیش آ رہی ہو تو دن ہی میں انہیں دھو لیں۔ ہر بچے کے جوتے کے قریب اس کے موزے رکھ دیں۔ بیلٹس، ٹائز، بچیوں کی V یا دوپٹے اور اسکول بیگز سب ان کی مخصوص جگہوں پر تیار کرکے رکھیں۔ کوشش کریں کہ اسکول واپسی پر ہر بچہ اپنی چیزیں دھونے والے کپڑوں کی جگہ یا الماریوں میں سلیقے سے رکھ دے۔

2۔ بچوں میں انتظامی صلاحیتیں وقت کے ساتھ ساتھ پختہ ہوتی ہیں۔ چھوٹے بچے اپنا کلرنگ بکس یا ڈائری اور پنسل بکس جہاں کھیلتے ہیں، وہیں چھوڑ کر کسی دوسرے کھیل میں مگن ہو جاتے ہیں۔ بڑی بہن، بھائی یا آپ کوشش کریں کہ رات ہی کو ہر کسی کی چیز اس کے اسکول بیگ میں رکھ دی جائے۔ کچھ اسکولوں میں پی ٹی کا ایک دن مختص کیا جاتا ہے، وہ دن کونسا ہے؟ ہر بچے کی نوٹ بک یا ڈائری میں ٹائم ٹیبل موجود ہوتا ہے۔ خاص اس دن ان کے شوز اور وائٹ یونیفارم کی صفائی دھلائی کا خیال رکھا جائے۔



3۔ عام طور پر جن گھروں میں نظم وضبط کے اصول متعین نہیں ہوتے وہاں ہفتے کے اختتام پر رات گئے جاری رہنے والی تقریبات خصوصاً شادیوں میں شرکت کی وجہ سے پیر کے روز علی الصبح بیدار ہونا اور وقت پر تیار ہونا مسئلہ بن جاتا ہے۔ اسی روز بدحواسیاں بھی ہوتی ہیں اور وین آ جانے تک خاتون خانہ افراتفری اور الجھنوں کا شکار رہتی ہیں۔ اگر وہ طے کرلیں کہ اتوار کی رات کو دس بجے کے بعد گھر سے باہر رہنا بچوں کے مفاد میں نہیں تو یقیناً وہ روٹین کے ضابطے کی پابند ہو جائیں گی۔ بچے وقت پر سوئیں تو ہی اگلے روز ہشاش بشاش رہیں گے۔ وقت پر تیاری بھی ہوگی اور ناشتے میں بھی دلچسپی لیں گے اور اچھے موڈ کے ساتھ نئے دن کا آغاز ہوگا۔

ناشتہ میں وقت کی بچت کا گُر کا لگا ہے

علی الصبح ایک طرف انڈے اُبالنا، دلیوں کے پیالوں کی صفائی، مکھن، جام یا شہد کے چمچ اور چھریاں اور ڈبل روٹی کے توس بنانا، کسی نے پھل کھانا ہے، کسی نے چائے اور پاپے، تو بہتر یہی ہے کہ کم از کم انڈے تو رات کو اُبال کر رکھے جاسکتے ہیں۔ کراکری بھی رات ہی کو میز پر جما دیجئے، باقی چائے تو تازہ ہی بنتی ہے۔ توس بھی وقت کے وقت گرما گرم ہی بھلے لگتے ہیں۔ کم از کم صبح کے وقت کراکری اکٹھی کرنے کا بکھیڑا تو نہیں بچے گا۔ پھر تو جیسے جیسے بچے تیار ہوتے جائیں آتے جائیں ناشتہ کرتے جائیں۔ اتنی سی کوشش اور کرلیں کہ ہر بچہ ناشتے کے بعد دانت برش کرلے۔ ناشتہ کرنے میں کوئی ڈنڈی نہ مارے، نہ کوئی بہانہ کرے۔ اس کے لئے ماؤں کو خاص احتیاط کرنی چاہئے۔ اگر بچے گھر کا ناشتہ کرکے جائیں تو دن بھر ذہنی وجسمانی طور پر اسمارٹ رہیں گے۔ آپ بھی وقت کی بچت کا گُر کا لگا لیں گی تو اُلجھنوں سے بچیں گی۔

صبح بیدار ہوتے ہی 'ٹی وی پلیز'

کچھ بچے وین کے انتظار کرنے کے لئے ٹی وی لاؤنج میں آکر بیٹھ جاتے ہیں اور چاہتے ہیں کہ ٹی وی دیکھیں۔ کچھ مائیں منع بھی نہیں کرتیں۔ لیکن مناسب یہ ہوتا ہے کہ اس وقت بچہ کوئی درسی کتاب نکالے کوئی نوٹس یاد کرے یا پھر اپنی کی بیگوں کی بھرائی میں دلچسپی لے۔ اگر وہ اپنے پھیلے ہوئے کمرے کو ہی سمیٹ جائے تو اس سے زیادہ اچھا بچہ کوئی نہیں ہوسکتا۔ ویسے تو ماؤں کی ذمہ داری یہیں پر ختم نہیں ہو جاتی لیکن مقصد بچے کو ڈسپلن کا عادی بنانا ہے۔

تمام چابیاں کی ہک پر رکھ کر ذہن میں مد کی جائیں

کی ہک کو نظر کے سامنے رکھیں اور اسی جگہ گھر کے صدر دروازے، دفتر، اندرونی کمروں، گاڑیوں کی چابیاں اور دیگر ضروری کاغذات رکھے جائیں، خاص کر لیپ ٹاپ چارجر کو لیپ ٹاپ کے قریب ہی کسی دراز یا باسکٹ میں رکھ دیں۔ اگر آپ جاب کرتی ہیں تو صدر دروازے کی چابی بچوں کے بیگ میں رکھنا نہ بھولیں۔ اگر آپ کے دو بچے ہیں تو دونوں ہی بیگز میں چابیاں رکھ دیں۔ غرضیکہ تھوڑی سی منصوبہ بندی کرلینے سے بعد کی اذیت اور کوفت سے بچا جاسکتا ہے۔ یوں آپ کا نیا دن آپ کو تازہ دم رکھے گا اور آپ سے جڑے ہر رشتے کو توجہ، محبت اور اطمینان کی نعمت نصیب ہوگی۔

رُوح افزا اور کیا چاہیے!
ہر موسم کا مشروب
ROOH AFZA
Brandstirr
ہمدرد
Brands Award
Pakistan Standards

خوش رہنا آپ کا حق ہے

ناپسندیدہ صورتحال میں متبادل رویے اپنائیے

عافیہ رحمت

خوشیاں کہاں ہیں.... خوشیوں کی رسیلی پھوار سے لطف اٹھانا آپکا بھی حق ہے۔ آج ہی اس حق پر اپنی ملکیت کا پرچم لہرادیں۔

ایک مجسمہ ساز سے کسی نے پوچھا کہ آپ اتنے خوبصورت مجسمے کیسے بنالیتے ہیں؟ اُس نے کہا کہ خوبصورت تصویریں تو اس کے اندر چھپی ہوتی ہیں، میں تو بس غیر ضروری پتھروں پر ضرب لگا کر جھاڑتا رہتا ہوں اور خوبصورت نقش خود بخود واضح ہو جاتے ہیں۔

بالکل اسی طرح زندگی تو ہے رب تعالیٰ کا خوبصورت انعام! بس غیر ضروری منفی سوچوں سے ہم اُس کو بدصورت بنا لیتے ہیں۔ ان سوچوں کی خود رو بیلوں سے نجات پانے کے لئے آپکو اس کا متبادل Alternative تلاش کرنا ہوگا اور پھر اس پر عمل بھی۔ منفی سوچوں کو دور بھگانا ہی نہیں بلکہ ان سوچوں کو اپنے فائدے کے لئے استعمال کرنا سیکھنا ہوگا۔

ذیل میں چند ایسے ہی متبادل ''مثبت احساسات'' درج کئے گئے ہیں جو کسی بھی ناپسندیدہ صورتحال میں ایک متبادل "چوائس" بن سکتے ہیں۔

شکر گزاری کا احساس

جو کچھ آپ کے پاس ہے اس کی قدر کرنا اور اس پر شکر بجالانا ایسے اہم ترین روحانی احساسات ہیں جو کسی بھی انسان کی شخصیت کا ایک ناگزیر حصہ ہیں۔ ہماری زندگی کو سکون و اطمینان اور آگہی کو اصل ذائقوں سے آشنا کرنے میں یہ دونوں احساس کلیدی کردار ادا کرتے ہیں۔

مثبت احساسات آپ کی شخصیت کو مضبوط بنا کر کامیابیوں کے نئے دروازے کھول دیتے ہیں

محبت اور گرمجوشی پیدا کریں

ایک کہاوت کے مطابق ''تمام انسانوں کا باہمی میل جول یا تو محبت کا اظہار ہے یا مدد کے لئے پکار ہے'' لوگوں سے محبت اور گرمجوشی کا اظہار کرنا اپنی عادت ثانیہ بنالیں۔ رفتہ رفتہ لوگ خود اپنا رویہ بدلنے پر مجبور ہو جائیں گے۔ لوگوں کے غصہ اور نفرت کو اپنی محبت سے مٹادیجئے۔ آپکا مثبت طرز فکر اپنانا اور اس کا مظاہرہ کرنا یقیناً آپ کے اردگرد گی غموں کی پُرخار جھاڑیوں کو روند ڈالے گا۔ پہلا قدم اٹھایئے۔!! خود سے ایک وعدہ کریں۔۔!!

پُرتجسس رہیے

اپنے ذہن کے کھیتوں میں ''تجسس'' کے بیج کاشت کرنا بہت ضروری ہیں۔ اگر آپ واقعی زندگی میں کامیابیوں کو چھونا چاہتے ہیں تو اپنے اندر بچوں جیسی لاعلمی اور تجسس پیدا کریں۔ بچوں کی طرح خوف کے بغیر چیزوں کی دریافت کی خواہش رکھنے والے لوگ زندگی میں کبھی بوریت کا شکار نہیں ہوتے۔ ایسے لوگوں کی زندگی ایک نہ ختم ہونے والا تعلیمی سلسلہ بن جاتی ہے۔ اور انہی لوگوں کے تجسس کی بدولت اُن کا ذہن اُن پر دوسروں کے لئے ایجادات کی صورت میں سہولتوں کے در وا کرتا ہے چلا جاتا ہے۔

جوش اور جذبے کے احساسات

یہ وہ جادوئی آلات ہیں جو کسی بھی چیلنج کے مقابلے میں آپکو سرخرو کر سکتے ہیں۔ یہ جذبے ہماری زندگیوں کو آگے بڑھنے کا ایندھن فراہم کرتے ہیں۔ ان کی آبیاری سے ہم اپنی زندگی کی گاڑی

کو نا قابل یقین رفتار سے چلنے کا ایندھن دے سکتے ہیں۔ یہ ہمارے اندر سوئی ہوئی صلاحیتوں کو جگا دیتی ہیں۔ بس ہمیں اس جذبے کو تلاش کرنا ہے اور اس کو ہر پل زندہ جوان اور بیدار رکھنا ہے۔ اپنے اندر جوش اور جذبے کے احساسات پیدا کرنے کے لئے اپنے اندر تھوڑا ہل چل پیدا کریں، تصورات کو تیزی سے اپنے ذہن کے پردہ اسکرین پر تبدیل ہوتے دیکھیں اور اپنے جسم کو جوش سے حرکت دیں۔

ثابت قدمی اور استقلال

یہ دو خصوصیات اگر آپ نے پیدا کرلیں تو آپ بے حد مبارکباد کے مستحق ہیں کیونکہ اب آپ خود کو حالات کے رحم وکرم پر چھوڑ کر ہتھیار ڈال دینے والے فرد نہیں رہے اور اب آپکے کے اندر مخالف ترین حالات میں اپنے لئے راہ نکالنے کی صلاحیت پیدا ہوگئی ہے۔

اور اگر ایسا نہیں تو بھی آپ مبارکباد کے مستحق ہیں کیونکہ آپ کو بس تھوڑی سی اور محنت درکار ہے اور آپ اس بات کو محسوس کرچکے ہیں۔تو پھر تیار ہیں آپ۔۔۔!!

یہ خصوصیت اپنے مقصد سے ہی گہری وابستگی ظاہر کرتی ہے۔ ثابت قدمی کی شمع حالات اور زمانے کی آندھیوں کے سامنے ہمیشہ روشن رہتی ہے۔ عظیم کامیابی کے سفر میں ''دھکا اسٹارٹ'' افراد کی کوئی گنجائش نہیں، اس شاہراہ پر صرف وہی لوگ قدم جما سکتے ہیں جن کی استقامت اور عزم کے انجن ہمیشہ اسٹارٹ رہتے ہیں۔

کردار اور رویے میں لچک

کامیابی کے سفر میں صرف ایک مثبت احساس یعنی لچک دار رویے کو ساتھ رکھنے کی ضرورت ہے۔ لچک کا مطلب اپنے رویوں اور اپروچ کو تبدیل کرنے صلاحیت ہے۔ زندگی میں ایسے حالات ضرور آتے ہیں، جن پر آپ کا کوئی کنٹرول نہیں ہوتا۔ ایسے میں اپنے قوانین، اپروچ اور طرز عمل میں لچک ہی آپ کو کامیابی کی نوید دے گی۔ آپ کے رویوں، نظریات اور طرز عمل میں لچک ہی آپ کو کامیابی کی نوید دے گی۔ آپ کے احساسات میں لچک دراصل آپ کی کامیابی، خوشیوں اور دوسروں کے ساتھ تعلقات میں گرمجوشی کی ضمانت ہے۔

کہاوت کے مطابق ''انسانوں کا باہمی میل جول یا تو محبت کا اظہار ہے یا مدد کے لئے پکار ہے''

مسکراہٹ

ہنسنے، مسکرانے اور خوش وخرم رہنے سے آپ کی عزتِ نفس مضبوط ہوتی ہے اور زندگی زیادہ خوبصورت لگنے لگتی ہے اور آپ کے گردوپیش کے لوگ بھی آپ کی خوشی اور مسکراہٹ سے اچھا اثر لیتے ہیں۔ خوش رہنے کا مطلب یہ نہیں کہ آپ غیر سنجیدہ ہیں، عقل سے فارغ ہیں یا دنیا کو رنگین عینک سے دیکھتے ہیں۔ اس کا مطلب ہے کہ آپ ناقابل یقین حد تک ذہین ہیں۔ کیونکہ آپ جانتے ہیں کہ اگر آپ خوشگوار اور مثبت کیفیت میں رہتے ہیں تو لاشعوری طور پر آپ اپنے ساتھ رہنے والوں میں بھی یہ خوشی کا احساس منتقل کردیتے ہیں اور کسی بھی چیلنج اور مسئلے کا مقابلہ کرنے کے لئے آپ جسمانی اور ذہنی طور پر پوری طرح تیار رہتے ہیں۔

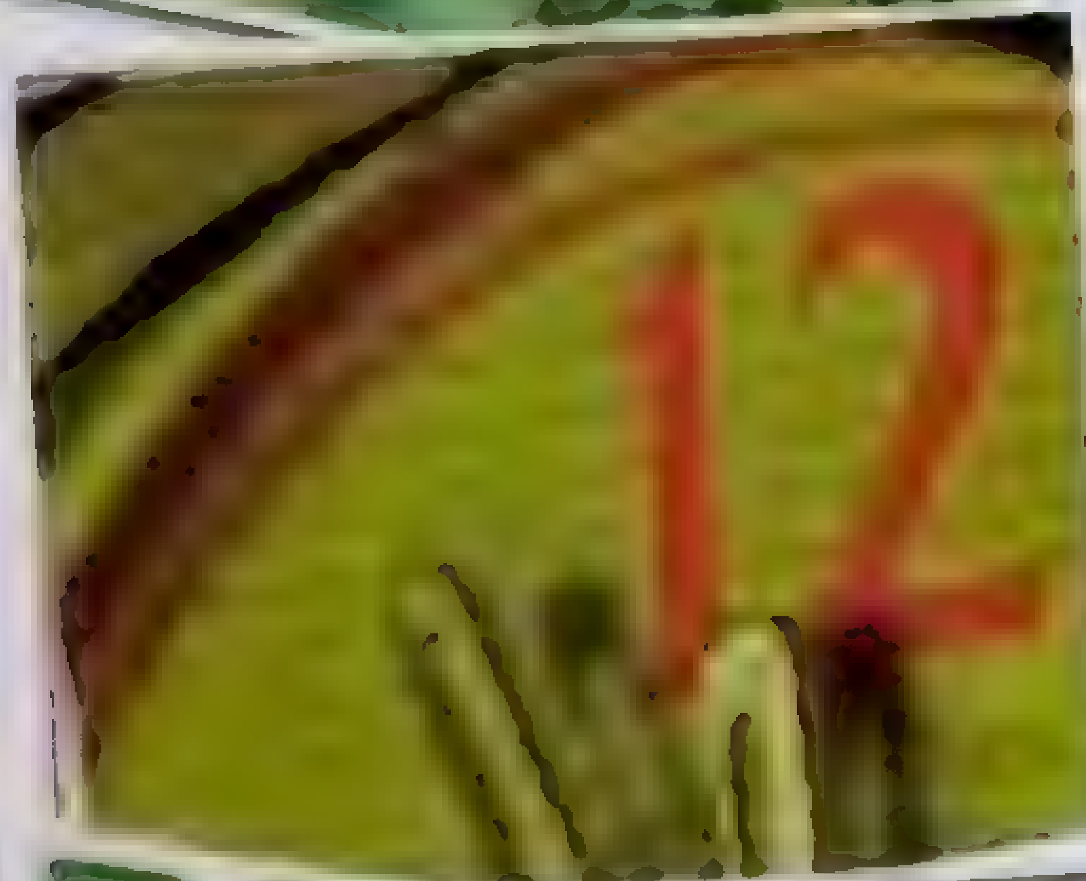
خوبصورتی اور صحت کی مناسب دیکھ بھال

اپنی جسمانی صحت اور قوت کی دیکھ بھال بے حد اہم ہے۔ اگر آپ اپنی صحت کی پرواہ نہیں کریں گے تو آپ کے لئے مثبت احساسات سے لطف اندوز ہونا بے حد مشکل ہوجائے گا۔ سب کام چھوڑ کر بیٹھ جانے سے آپ اپنی توانائی کو محفوظ نہیں کرسکتے۔ قوت حاصل کرنے کے لئے جسم کا حرکت کرنا ضروری ہے۔ جب آپ حرکت کرتے ہیں تو آکسیجن آپ کے پورے جسم میں شامل ہوتی ہے۔ زندگی کے چیلنج اور مشکلات کو آسانیوں اور ترقی کے مواقع میں تبدیل کرنے کے لئے جذباتی صحت کے ساتھ ساتھ صحت مند جسم کی بھی ضرورت ہوتی ہے۔ اپنے جسم کی مکمل دیکھ بھال کیجئے اور صحت کے معیار کو قائم رکھنے کے لئے مناسب ورزش کرتے رہئے۔

دوسروں کو اپنی زندگی میں شامل کیجئے

نوع انسانی کی بقاء، ترقی اور خوشحالی کا بنیادی راز اس میں چھپا ہوا ہے۔ اگر آپ دوسروں کو اپنی خوشیوں، کامیابیوں اور وسائل میں برابر کے حصہ دار سمجھتے ہیں تو گویا آپ مقناطیسی شخصیت رکھنے والے فرد ہیں۔ بطور انسان آپ کون ہیں؟ آپ نے اپنی زندگی کیسے گزاری؟ آپ نے ایسا کیا کیا جس نے لوگوں کے دلوں کو بڑے گہرے اور بامعنی انداز میں چھوا ہو؟ جس سے لوگوں کی زندگی کا رخ مڑ گیا ہو۔

انسانیت اور ہمدردی کے احساس کو کسی بھی فرد کے لئے زندگی کا سب سے بڑا تحفہ قرار دیا جاسکتا ہے اس وقت تصور کیجئے کہ آپ پورے اعتماد کے ساتھ پُرسکون انداز میں اپنے پسندیدہ مثبت احساسات سے لطف اندوز ہورہے ہیں۔ کسی اچھے دن کا انتظار کئے بغیر، ابھی ان تمام مثبت احساسات کو اپنی ذاتی کا حصہ بنانے کا فیصلہ کیجئے۔ اپنے ذہن کی اسکرین پر اپنی ذات کو ان تمام مثبت احساسات کے ساتھ چلتا پھرتا محسوس کیجئے۔



یاد رکھئے اپنے احساسات کے نئے انتخاب میں آپ مکمل طور پر خودمختار ہیں تو پھر کیوں نہ آپ ایسے مثبت احساسات منتخب کریں جو آپ کی شخصیت کو مضبوط اور دلکش بنانے کے ساتھ ساتھ آپ پر کامیابیوں اور خوشیوں کے نئے دروازے کھول دیں، جن کی بدولت آپ اپنے پیاروں اور اس سیارے پر موجود کروڑوں لوگوں کو سہارا دینے اور ان کی زندگیوں کے معیار کو بہتر بنانے میں اپنا بھرپور حصہ ڈال سکیں اور یوں آج دنیا اور کل کو رب ذوالجلال کے سامنے سرخرو ہوسکیں۔

معنف: مارجری حسین

ملنے کا پتہ: [illegible] پاکستان

صفحات 500

قیمت درج نہیں

ناشر و پبلشر پرویز اقبال نے فن مصوری کی معروف نقاد مارجری حسین کی نئی تالیف پیش کی ہے جسے ایس ایم شاہد نے اپنی مدبرانہ کاوش سے سجایا ہے۔ یہ جمی انجینئر کے تعلیمی ریکارڈ اور سیریز کے نشیب و فراز سے متعلق عمدہ دستاویز ہے۔ اس کافی ٹیبل بک میں جمی کی پارٹیشن سیریز سے لے کر ان کی سماجی زندگی تک کے معمولات درج کیے گئے ہیں۔ اس کتاب کے ذریعے آپ صرف آرٹسٹ سے نہیں ایک سماجی کارکن سے بھی ملیں گے، جس نے زندگی بھر اپنے کام کی نمود و نمائش اور مادیت پر توجہ نہیں دی، لیکن جو معذور بچوں کے اداروں کو اپنے میورلز کی آمدنی عطیہ کر دیتا ہے۔ جمی انجینئر نے اپنی روحانی وابستگی کا اظہار جاوید نامہ میورل بنا کر کیا ہے۔ مارجری نے اس پر بہت پُرجوش انداز میں خوبصورت تبصرہ کیا ہے۔ 'موڈ' سیریز میں قدرتی مناظر، ساکت زندگی، منی ایچر، روغنی رنگوں کے علاوہ پنسل ورک بھی نظر آتا ہے۔ کتاب بڑی نفاست سے طبع کی گئی ہے۔ یہ واقعی بہترین کافی ٹیبل بک کہی جا سکتی ہے۔

چیف ایڈیٹر: صدیقہ بیگم

ملنے کا پتہ: [illegible]

صفحات ۱۱۳

قیمت 250 روپے

ادبی جریدے ایسے نادر اوب پارے ہوتے ہیں جن کی انفرادیت دیگر کتابوں سے نہیں سوا ہوتی ہے بشرطیکہ ان کا اجراء پابندی سے ہوتا رہے اور وہ بلا تعصب پورے قومی ادب کا احاطہ کرتے ہوں۔ ادب لطیف اس حوالے سے خاصا معتبر جریدہ ہے جس کا انتظار رہتا ہے۔ زیر تبصرہ شمارے کے انتخاب میں ایڈیٹر شاہد بخاری نے حمد و نعت سے لے کر تنقیدی مضامین، سفرنامے، نظمیں، غزلیں، خودنوشت، افسانوں، یادرفتگان کے تذکروں کے علاوہ کتب پر تبصروں اور آراء کی شکل میں سیر حاصل مواد پیش کیا ہے۔ اردو ادب کی نئی جہتیں دیکھنا ہوں تو ادب لطیف کا مطالعہ ضرور کریں۔ ادب لطیف کے بانی برکت علی چوہدری کے حوالے سے قاری کی عقیدت اس وقت اور بڑھ جاتی ہے جب اس کا ضخیم نمبر بھرپور اور دلکش انتخاب کی صورت میں سامنے آتا ہے۔ محترم شاہد بخاری ایسا عمدہ تخلیقی فن پارہ ہمیں ارسال نہ کرتے تو ہم یقیناً اس نعمت سے محروم رہتے۔ طباعت عمدہ ہے، قیمت بھی مناسب ہے اور اب اگلے پرچے کا انتظار ہے۔

ہدایت کار: کبیر خان، پروڈکشن: یش راج فلمز

کاسٹ: سلمان خان، کترینہ کیف

یہ ہدایت کار کبیر خان وہی شخصیت ہیں جنہوں نے فلم 'نیویارک' اور 'کابل ایکسپریس' کی ہدایات دی تھیں۔ یش راج فلمز نے اس بار سلمان خان اور کترینہ کیف کو لے کر ایک رومانوی فلم بنانے کی ٹھانی ہے۔ جس زمانے میں فلم سیٹ پر تھی اسی وقت اس کی خوش آئند رپورٹس آنے لگی تھیں۔ جنگل کے اس قانون سے کون واقف نہیں کہ وہاں شیر ہی کی حکمرانی ہوتی ہے۔ چرند پرند سب اس سے سہمے رہتے ہیں۔ اس کے سائے سے ڈرتے ہیں۔ اس کی دہشت سے ہر کوئی خوفزدہ رہتا ہے۔ اس ٹائیگر یعنی سلمان خان کو فلم میں طاقت کا سمبل بنا کر دکھایا گیا ہے اور وہ اپنی محبت کی تلاش میں سرگرداں نظر آتا ہے۔ فلم رومان پسند طبقے کو یقیناً پسند آئے گی۔ لوکیشنز اور مکالمے عمدہ ہیں۔ سلمان اور کترینہ کی دوستی تو مشہور تھی ہی اب ساتھی اداکاروں کی شکل میں بڑے پردے پر ان کی پرفارمنس کیسی رہتی ہے یہ فلم دیکھ کر ہی پتا چلے گا۔

ڈائریکٹر: کرسٹوفر نولان

کاسٹ: کرسچن بیل، مائیکل کین، ہیتھ لیجر، گیری اولڈ مین، ایرون ایکہارٹ

معروف کامک کردار بیٹ مین کے ساتھ سپر ہیرو ٹائپ فلمیں بنانے کا یہ سلسلہ 2005ء میں شروع ہو گیا تھا۔ تب سے اب تک یہ کردار کرسچن ہی ادا کرتے آئے ہیں۔ کرسٹوفر نولان کی یہ سیریز مختلف وقتوں میں آٹھ اکیڈمی ایوارڈز کے لئے نامزد ہوئیں اور ایک بار بہترین ساؤنڈ ایڈیٹنگ اور بیسٹ سپورٹنگ ایکٹر کے لئے اداکار ہیتھ لیجر کو ایوارڈز کا ملنا فلم کو غیر معمولی ثابت کرتا ہے۔ فلم کا مرکزی تخیل بینک ڈکیتی کی واردات سے متعلق ہے، مگر بعد ازاں دیگر دلچسپ معرکے اسے قابل دید بنا دیتے ہیں۔ لوٹ مار، جنگ و جدل اور پیسے کی تقسیم میں غیر انسانی رویوں پر ایک کردار کا تمسخرانہ انداز میں پرفارم کرنا غضب کا منظر ہے یہ جوکر بیٹ مین کو سپورٹ کرتا ہے۔ بچوں اور بڑوں میں مقبول بیٹ مین کے کردار پر مشتمل یہ فلم اس بار عیدالفطر پر ریلیز ہونے والی فلموں میں سرفہرست ہے۔ اب دیکھنا یہ ہے کہ کرسٹوفر نئی فلم کو کتنا مختلف بناتے ہیں۔ بیٹ مین کے کارنامے فلم بینوں کو چونکانے کے لئے کافی ہوتے ہیں یا نہیں، یہ سب دیکھنے کے لئے سینما ہاؤس کا رخ کرنا پڑے گا۔

EXTENSIVE
COLOUR RANGE OF .... Medora
Matte, Glossy and Glitter
Lipsticks with matching Nail Polish
Glossy Lipstick
Medora
INTRODUCING 10 NEW SHADES
626 627 628 629 630
631 632 633 634 635
Only available in 9ml Nail Enamel
22 24 39 66 79 171
35 shades available in Glossy range
G-802 G-803 G-809 G-813 G-814 G-815
20 shades available in Glitter range
MEDORA OF LONDON for a more beautiful you

ستاروں کی روشنی میں ۔۔۔ ماہِ جولائی 2012ء کیسا گزرے گا؟

امتیاز علی

برج حمل
Aries
21 مارچ تا 20 اپریل

اس ماہ تازہ ترین خبروں سے واقفیت رکھنا ضروری ہے۔ اس وقت عملی معاملات پر توانائی صرف کرنے کی ضرورت ہے۔ اپنی پیش رفت جاری رکھیں، محنت والے کاموں میں اُلجھنا وقتی معاملہ ہے۔ چاند کی موجودہ پوزیشن ایسی نہیں کہ آپ کو تیز رفتاری کا مشورہ دیا جاسکے۔ گھٹتے ہوئے چاند کے دنوں میں خود کو پُرسکون رکھنا ہوگا۔ عملی افراد اپنی ذمہ داریاں بہت کم دوسروں کو سونپتے ہیں لیکن آپ کی صحت زیادہ تفکر اور بوجھل کاموں کی متحمل نہیں ہوسکتی۔ ضرورت سے زیادہ ذمہ داریاں خود پر نہ لادیے۔ آپ کے شمسی زائچے کے چھٹے گھر میں مریخ کی موجودگی بڑھی ہوئی انا کو ظاہر کررہی ہے۔ پُرسکون رہیے، تخلیقی معاملات بہتر جارہے ہیں۔

برج ثور
Taurus
21 اپریل تا 21 مئی

قلبی وارداتیں عروج پر نظر آرہی ہیں۔ آپ کی بیشتر توقعات کی تکمیل ہوسکتی ہے۔ پُرامید لوگوں سے میل ملاپ بہتر رہے گا۔ سرمایہ کاری اور خریداری کے اچھے مواقع ملیں گے۔ چند قدم پیچھے ہٹ کر پیش قدمی سے پہلے صورتحال کا بغور جائزہ لے لیا جائے تو آپ کے حق میں اچھا ہے۔ محنت طلب کام کرنے سے جی گھبرائے گا۔ ہوسکتا ہے کہ پژمردگی کا شکار بھی رہیں۔ چاند کی موجودہ پوزیشن کے اثرات محسوس ہوں گے، لیکن یہ چند دن کی بات ہے۔ آپ انشاء اللہ نئے عزم کے ساتھ پُرامید زندگی گزارنے لگیں گے۔ ہر جمعرات کو حسبِ استطاعت صدقہ جاری رکھیں۔

برج جوزا
Gemini
22 مئی تا 21 جون

نئے مہینے کے آغاز کے ساتھ ہی کچھ قابلِ بھروسہ طویل المعیاد منصوبے نتیجہ خیز ثابت ہونے شروع ہوجائیں گے۔ آپ بیزار کن مصروفیات نہ اپنائیں۔ نئے تجربات کرنے کی دھن سمائے گی۔ اہلِ خانہ سے خوشی ملے گی۔ پُرانا قرضہ چکانے کی کوشش کامیاب ہوگی۔ آپ چونکہ جذباتی دنیا کے باسی نہیں، لہٰذا حساب کتاب کے معاملات میں غلطیوں کو بھی برداشت نہیں کرتے۔ اپنی طبیعت کے تلوّن اور بے قراری کو ختم نہیں کرسکیں گے۔ اپنی چھٹی حس سے متوقع اختلافات پر قابو پالیں گے۔ یہ مہینہ آپ کے لئے سعد ہے۔ پیر، منگل اور جمعرات کو صدقات جاری رکھیں۔

برج سرطان
Cancer
22 جون تا 23 جولائی

کسی بھی طرح کی غفلت قابلِ معافی نہیں ہوتی۔ افسرانِ بالا سے تعلقات مستحکم ہورہے ہیں۔ پُرانا قرضہ چکانے میں آسانی ہوگی۔ کچھ ذاتی مسائل اس ماہ نمٹتے نظر آرہے ہیں۔ نئے تجربات کرنے میں آسانیاں درپیش ہوں گی۔ آپ نرم دل واقع ہوئے ہیں اور دوسروں کو رعایت دینے کے موڈ میں نظر آرہے ہیں، لیکن دوستوں کا انتخاب سوچ سمجھ کر کرنا ضروری ہے۔ خاص کر مالی لین دین میں احتیاط کی ضرورت ہے۔ اس ماہ کے وسط سے اقتصادی حالات میں بہتری نظر آرہی ہے۔ ہر پیر اور منگل کی درمیانی شام کو حسبِ استطاعت باجرا، دال یا گوشت صدقہ کردیا کریں یہ بلائیں ٹال دے گا۔

برج اسد
Leo
24 جولائی تا 23 اگست

دوسروں کو سننے کی صلاحیت بھی پیدا کریجیے اور تبادلۂ خیال کرنا آپ کے اپنے حق میں ہے۔ بحث و تکرار سے بچنا بھی اشد ضروری ہے ورنہ تنازعہ کھڑا ہوسکتا ہے۔ آپ کولہو کا بیل نہیں بننا پسند کرتے، لیکن محنت سے جی چرانا بھی تو اچھی عادت نہیں۔ اس ماہ رومانوی معاملات مشکلات کا شکار نظر آرہے ہیں۔ رقابت کے احساس سے پیچھا نہیں چھڑا سکیں گے۔ نئی دوستی اور تعلقات کے لئے تیار رہیں۔ یہ خاصا دلچسپ مہینہ ہے۔ بہت سے رُکے ہوئے کام دھیرے دھیرے اور بہتر طور پر انجام دیے جاسکتے ہیں۔

برج سنبلہ
Virgo
24 اگست تا 23 ستمبر

کسی بڑی خریداری کے ضمن میں گھر والوں سے بحث و تکرار ہوسکتی ہے۔ آپ دوسروں کی بات مان لیں۔ پریشانی کی کوئی بات نہیں اخراجات پر قابو پانا ضروری ہے۔ ایسے رشتے جو بنتے ہیں یا زندگی میں نئے آنے والوں کو خوش آمدید کہیں گے۔ یہ بہت اہم تعلقات ہوں گے جن کے اثرات مالی اور جذباتی دونوں پہلوؤں سے ہوگا۔ آپ میں شخصی کشش ہے۔ باتوں سے فوائد حاصل کرنا جانتے ہیں، لیکن تھوڑا سا عملی انسان بننے کی کوشش کیجیے۔ حالات آپ کے حق میں جارہے ہیں۔ اس ماہ بیشتر شعبوں میں مقاصد کا حصول آسان ہدف ہے، لیکن یہ مہینہ لڑنے کا نہیں صلح و آشتی سے مل جل کر رہنے کا ہے۔

برج میزان
Libra
24 ستمبر تا 23 اکتوبر

اس ماہ کو ملا جلا کہیں تو غلط نہ ہوگا کیونکہ اچانک غیر متوقع اور حیران کن واقعات ظہور میں آسکتے ہیں۔ تاہم پریشانی کی کوئی بات نہیں۔ گھر میں کسی سے اختلافِ رائے تنازعے کی شکل اختیار کرسکتا ہے، سنبھل کر گفتگو کریں آپ سازشی ذہن کے مالک نہیں ہیں۔ اس ماہ کچھ نئے دوست بنیں گے اور یہ اچھے ثابت ہوں گے۔ حالات ٹھیک جارہے ہیں، آپ صابر ہیں اس لئے بھی خودغرضی اور منافقت سے بہت دور ہیں۔ اس ماہ کئی خواہشیں پایۂ تکمیل کو پہنچیں گی۔ خاطر جمع رکھیں، حالات خواہ دفتری ہوں یا گھریلو آپ کی شخصی کشش کی بدولت ہر جگہ حوصلہ افزائی اور پذیرائی ہی ہوگی۔ جمعرات، بدھ اور پیر سعد دن ہیں لیکن ان دنوں میں صدقہ دینا نہ بھولیں۔

برج عقرب
Scorpio
24 اکتوبر تا 22 نومبر

آپ تبدیلی کے خواہش مند ہوں گے۔ مکان سے لے کر دیگر اہم شعبوں تک تبدیلی کی تحریک فوائد بھی لائے گی۔ افسرانِ بالا کا رویّہ نرم و گرم ہی رہے گا۔ آپ کے صبر کا امتحان بھی لیا جائے گا۔ شریکِ زندگی مفاہمت چاہیں گی آپ کا رویّہ بھی ناقابلِ فہم نہیں ہونا چاہئے ورنہ اختلاف کا اندیشہ پیچیدہ صورتحال پیدا کردے گا۔ ہر تعلق سے فائدہ اٹھانے کی کوشش کریں گے اور بہت حد تک کامیابی بھی ہوگی۔ ستاروں کی چال اور چاند کی پوزیشن آپ کے لئے موافق ہے۔ فطری صلاحیتوں سے کام لے لیجیے، فائدے میں رہیں گے۔ حوصلہ افزائیوں کا سامنا کرنا پڑے گا۔ صدقات اسی طرح جاری رکھئے انہی نے آپ کو استحکام بھی دیا ہے۔

برج قوس
Sagittarius
23 نومبر تا 21 دسمبر

کیا آپ ورزش کرنا چاہتے ہیں اگر ہاں تو پھر نئی روٹین شروع کیوں نہیں کرلیتے۔ آپ اسے تسلسل سے برقرار بھی رکھ لیں گے۔ یہ ماہ سعد بھی ہے اور توانائیوں کا مظہر بھی۔ زندگی میں مثبت رویّے کا اظہار کریں گے جو اردگرد کے احباب کو پسند آئے گا۔ ستاروں کی چال آپ کے حق میں جارہی ہے۔ سفر اور ثقافتی سرگرمیوں پر زور رہے گا۔ اگر درمیانی عرصے میں فرسٹریشن کا شکار بھی ہوں تب بھی بہت آسانی سے اس احساس سے چھٹکارا پالیں گے۔ قابلِ بھروسہ دوستوں کی کمی رہے گی، لیکن سب لوگ خودغرض نہیں ہوتے ان میں تعاون اور خلوص برتنے والے بھی موجود ہیں۔ صدقات کا اہتمام حسبِ استطاعت کرلیا کریں، حالات میں بہتری رہے گی۔

برج جدی
Capricorn
22 دسمبر تا 20 جنوری

پچھلے ماہ آپ کچھ جارحانہ اور حکمرانہ رویّے کا اظہار کررہے تھے، مگر اس ماہ آپ بہت سی باتوں کو جان کر عملی پیش رفت کریں گے۔ غصّے پر قابو پانا آسان ہوجائے گا۔ آپ اس وقت بھی رومانس کے موڈ میں نظر آرہے ہیں۔ آپ کی شریکِ زندگی بھی تو آپ کی رفاقت چاہتی ہیں، لہٰذا ان لمحوں کی قدر کرلیں۔ تخلیقی سرگرمیوں پر توجہ رہے گی۔ تحریر و تقریر کا فن عروج پر ہوگا۔ پیشہ ورانہ تعلقات بھی بہتر رہیں گے۔ لوگوں سے میل ملاپ بڑھے گا۔ سیر و تفریح اور مہم جوئی کی طرف رجحان بڑھتا جائے گا اور آئندہ ماہ سفر بھی درپیش ہوسکتا ہے۔ ہر جمعرات کو کسی ایک مسکین کو کھانا کھلادیا کریں۔ انشاءاللہ حالات میں بہتری آئے گی۔

برج دلو
Aquarius
21 جنوری تا 19 فروری

آپ کے رُکے ہوئے کام اسی وقت پایۂ تکمیل کو پہنچیں گے جب آپ پیشہ ورانہ حکمتِ عملی کا ٹھیک ٹھاک مظاہرہ کریں گے۔ اپنا رویّہ تبدیل کیجیے، مالی خوشحالی آپ کے در پر دستک دے رہی ہے۔ آپ کی شخصی کشش بھی بے شمار فوائد دے سکتی ہے۔ یہ ماہ پرانے دوستوں سے ملاقات کا ہے۔ یہ دوست ہر طرح کے ہوں گے ان میں مخلص تلاش کرنا آسان نہیں ہوگا۔ کچھ کام بار بار کرنے پڑیں گے تب کہیں مکمل ہوں گے لیکن خاطر جمع رکھیں۔ سعد گھڑیاں بھی بہت دور نہیں ہیں۔ رومانوی زندگی بے دلی سے نہ گزاریں، اپنے شریکِ حیات کو خصوصی اہمیت دیں وہ آپ ہی کی منتظر ہیں۔ بدھ اور پیر کے روز حسبِ استطاعت صدقہ دیں۔ رزق میں فراوانی ہوگی۔

برج حوت
Pisces
20 فروری تا 20 مارچ

کچھ قواعد و ضوابط آپ کو اُلجھا رہے ہیں، لیکن یہ تو آپ کو منظم کرنے کی کوشش ہے۔ آپ پابندیاں برداشت نہیں کرسکتے، لیکن چاند کی پوزیشن کی وجہ سے آپ پر دباؤ ہے۔ خاموشی سے اپنا کام کرتے رہیے آپ کی قدر ہوگی۔ یہ مہینہ آپ کے لئے اچھا ہے۔ کسی دوست کے ذہنی تفکرات دور کرنے میں مددگار ثابت ہوں گے، لیکن اپنی مصروفیات میں سے دوستوں کے لئے وقت تو نکالئے۔ ان کی شکایات اسی طرح دور ہوں گی۔ آپ کا طائرِ تخیل بلند پرواز کرتا ہے۔ مستقبل کے لئے اچھے منصوبے بناسکیں گے۔ تعطیلات پر جائیں اور خود بھی تفریح کرلیں۔ صدقات جاری رکھیں یہ آپ کی بہت اچھی عادت ہے۔

حُوروں جیسا حُسن ...
HOOR
Beauty Soap
HOOR
Beauty Soap

بن جائیں آپ بھی
انٹرنیشنل کوکنگ ایکسپرٹ !
dalda.advisory@daldafoods.com | 0800 - 32532 | www.daldafoods.com
LOWE & RAUF

تعصب اور فرقہ واریت سے پاک — دینِ حق کا ترجمان

ماہنامہ

الشافیہ

اپریل 2018ء • رجب المرجب 1439ھ

اللّٰھم صلِّ علیٰ سیدنا شافی

الشافیہ تفسیر قرآن | شریعت و طریقت | عملیات و روحانیات

جادو یا بیماری — تشخیص خود کریں

کالا جادو اور حقے کے پانی کا عمل

جنات کا دیا کباب کھایا اور زندگی برباد

خانقاہِ شافیہ سے شفاء پانے والے

درود تاج کے کمالات

- ☆ — جب کریم کرم فرمادے
- ☆ — سورۃ فتح کے کرشمات
- ☆ — ڈاکوؤں کو اندھا کرنے والا عمل
- ☆ — دم والا پانی — شفا یا وبا
- ☆ — عرق گلاب کے کرشمات
- ☆ — میرا مرشد — میرا باپ
- ☆ — "پہلا محبت نامہ" — سیدزادی کا جواب
- ☆ — "سات سوال" — سات جواب
- ☆ — دجال کون ہے ؟
- ☆ — مچھلی کا پیٹ اور قرآن کی حقانیت
- ☆ — روح کی بیماریاں، علامات اور علاج
- ☆ — "ملک شام اور حضور ﷺ کے فرمان
- ☆ — میں ضمانت دیتا ہوں — قاتل کی۔
- ☆ — کالا جادو — کالے کرتوت

- 10 منٹ کا عمل — 50 سالہ گناہ معاف
- سورۃ الرحمٰن اور لاعلاج بیماریاں
- میاں بیوی میں محبت کا عمل
- ڈراؤنے خوابوں سے محفوظ رہنے کا عمل
- سردرد کا مجرب عمل
- جادو کا علاج — خضری عمل
- رزق کی فراوانی کا عمل
- سونف اور اجوائن کے کرشمے
- ہر مرض کے لئے شفاء والا عمل
- تسخیر کا عمل — ساری مخلوق ہاتھ میں
- جذام، فالج اور اندھے پن سے بچاؤ کا عمل
- مرنے سے پہلے جنت دیکھیں

• اللّٰہ الصمد • بسم اللہ الرحمٰن الرحیم • اذا جاء نصر اللہ والفتح • ورأیت الناس یدخلون فی دین اللہ افواجا • فسبح بحمد ربک واستغفرہ انہ کان توابا • اللّٰہ الصمد •

بفیضانِ نظر
سیدنا شافی ﷺ

معراج النبی ﷺ

کونڈوں کی شرعی حیثیت

تالیف و ترتیب
حامد شافی
بانی سلسلہ عالیہ شافیہ

100/-

صدائے فقیر

"مقالات حکمت" شیخ محترم بابا جی سرکار کی معرکۃ آرا تصنیف ہے۔ جس کے ایک ایک لفظ کے اندر تاثیر بھی ہے اور دانش و حکمت کے موتی بھی۔۔۔ یہ تصنیف اسلئے اتنی سحر انگیز ہے کہ یہ عطائے امام کائنات حبیب خدا ﷺ ہے یہ آپ ﷺ ہی کی توجہ کا فیضان ہے جو [illegible] ملتا ہے۔ اس لیے ہادی ہدایت کے دروازے کھول دیتا ہے، اپنی اور محبوب ﷺ کی محبت عطا فرماتا ہے اور پھر اپنے محبوب ﷺ کے غلاموں کا غلام بنا دیتا ہے۔ رب کریم "الشافیہ" [illegible] فیض کو پوری دنیا تک پہچانے کا ذریعہ بنائے۔ آمین

1۔ کوئی ہستی کسی کا بھی مقابلہ نہیں کر سکتی۔ نیستی اگرچہ چھوٹی ہو، بڑی سے بڑی ہستی پر غالب ہوتی ہے۔ ہستی بھلا نیستی کا کیا مقابلہ کرے اور کیوں کر کرے؟ جب کہ وہ بننے اور مٹنے، وہ جینے اور یہ مرنے کی دلدادہ ہے۔ ہستی کی مراد بننا اور نیستی کی مٹنا ہے۔

2۔ ہستی جب نیستی کا لبادہ اوڑھ لیتی ہے کشمکش دہر سے نجات پا جاتی ہے۔ قال و مقال سے گزر کر حال کی وادی میں قدم رکھتی ہے اور اللہ کے سوا کسی دوسرے کو کسی حال پہ کوئی خبر نہیں ہوتی کہ کون کس حال میں ہے؟ حال پہ اعتراض خطا ہے۔ کسی کے بھی حال پہ کبھی اعتراض مت کر، اللہ ہی اپنے بندوں کے حال کا علیم و خبیر ہے۔

3۔ اللہ کے بندے نہ کسی سے ڈرا کرتے ہیں اور نہ بُرا کرتے ہیں۔ بھلائی کے کام کیا کرتے ہیں اور موت سے کھیلا کرتے ہیں، یعنی اللہ کے لیے جیا اور اللہ کے لیے مرا کرتے ہیں۔

4۔ مال ان کی منزل میں ہوتا ہی نہیں۔ نہ کبھی مال کی طمع کرتے ہیں۔ نہ جمع کرتے ہیں۔ جو مال اللہ ان کو دیتا ہے۔ اسی وقت اللہ کی راہ میں خرچ کر دیتے ہیں اور اس حال میں شام کرتے ہیں کہ کل کے لیے نہ کچھ ذخیرہ ہوتا ہے، نہ غم اور نہ ہی زندگی کی اُمید۔ گویا دنیا میں مسافروں کی طرح رہا کرتے ہیں اور مہاجروں کی طرح مرا کرتے ہیں۔ جب اس دنیا سے جاتے ہیں، کوئی میراث چھوڑ کر نہیں جاتے۔ بے شک اس حال میں وہ سورج کی طرح چمکا اور گلاب طرح مہکا کرتے ہیں۔

5۔ مُردوں کی طرح جی، اے اور جینے والے! ہنستے ہنستے جی، اگرچہ ایک دن جی، پھر کبھی یہاں نہیں آنا۔ جی بھر کے جی، جیسے جینے کی اُن کو حسرت ہے، ویسے جی۔

6۔ کعبہ سے بڑھ کر کوئی باعظمت نہیں مگر مومن۔ ارے او اللہ کے بندے! تیری عظمت کعبہ سے بھی بڑھ کر ہے۔ اے کاش تجھے اپنے مقام کی خبر ہوتی، تو اپنے حال سے بیگانہ اور اپنے مقام سے بے خبر ہے۔ تیری قدر مجھ کو ہے، میں تیری تعظیم کرتا ہوں، تکریم کرتا ہوں، بے شک تیری نوازش گویا اللہ کی ہی نوازش ہے۔ تیری نوازش کعبے کے طواف سے بھی بڑھ کر ہے۔ مجھ سے تیری یہ ذلت اور رسوائی دیکھی نہیں جاتی ہیں۔ تیری تعظیم کا اعلان تیری تکریم کا اظہار کرتا ہوں۔

7۔ محبت کے تیر وحشت کو چھلنی کر دیتے ہیں۔ محبت دلوں کو، سینوں میں زندہ اور بیدار رکھتی ہے۔ محبت وحشت کو کھاتی اور دلوں کو بہلاتی ہے۔ اگر یہ محبت سچی ہوئی تو تیرے من کو موہ لے گی، اور تیرے دل کو کھولے گی۔ یہی میری امید اور یہی میرا دعویٰ ہے۔ میں تجھ سے تیری اور تیرے حبیب اقدس ﷺ کی محبت کا طالب ہوں۔

8۔ بے قدری کی آغوش میں قدر پوشیدہ ہے۔ جو دنیا میں جتنا بے قدر ہو، اتنی ہی اس نے قدر پائی۔ حضرت یوسفؑ جب تک مصر کے بازار میں نہیں بکے، مصر کے بادشاہ نہیں بنے۔ حضرت یوسف نے صبر کیا، نہ شکوہ کیا، نہ اعتراض۔ اللہ نے خوش ہو کر نبوت دی اور مصر کی بادشاہی بھی۔

9۔ اللہ جب اپنے کسی بندے سے خوش ہوتا ہے، اسے نیک اعمال کی توفیق بخش دیتا ہے۔ بندہ جب گناہ (اللہ اور اللہ کے رسول مقبول ﷺ کے حکم کے خلاف قول و فعل) کرتا ہے اللہ ناخوش ہوتا ہے۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو اللہ کی عنایت کردہ نعمتوں کو بدل دیتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو بلا اتارتے ہیں۔ (ہر بلا جو بندے پر نازل ہوتی ہے، گناہوں ہی کے باعث ہوتی ہے) بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو عصمتوں کو چاک کر دیتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو ندامت کا وارث بناتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو اللہ کی تقسیم کو روک دیتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو سختی لاتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جن کے باعث بندے کے بندے دشمن بن جاتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو دعا کو واپس کر دیتے ہیں یعنی جن کے باعث اللہ پاک بندے کی دعا قبول نہیں کرتا۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو آسمان سے بارش روک لیتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو ہوا کو اندھیری کر دیتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جو پردے کو کھول دیتے ہیں۔ بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جن کے باعث جلد فنا آتی ہے۔ اور بعض گناہ ایسے ہوتے ہیں جن سے ناخوش ہو کر اللہ اپنے بندوں سے نیک اعمال کی توفیق سلب کر لیتا ہے اور یہ سب سے بڑا خسارہ ہے۔ جس سے نیک اعمال کی توفیق چھنی گویا اس سے ہر شے چھنی۔ اللہ ہمیں ہر گناہ پر سچی اور پکی توبہ کی توفیق عنایت فرمائے اور اپنی رحیمی و کریمی کے صدقے ہم سے کسی بھی نیک عمل کی توفیق کبھی سلب نہ کرے۔

10۔ ہر شے کا غلبہ قوت پہ موقوف ہے۔ ہر لاغر مغلوب ہوتا ہے۔ فاقہ نفس کو لاغر اور رُوح کو بیدار کرتا ہے۔ کھانا نفس کی اور فاقہ روح کی غذا ہے۔ کھا کر تو دیکھ ہی لیا، اب بُھو کے رہ کر بھی دیکھیں۔ کھانا اگرچہ طیب ہو، پھر بھی فاقے کی برابری نہیں کر سکتا۔ یہ الجھات و فتنات اس کھانے ہی کی پیداوار ہیں۔ جہاں سے جو ملا لے لیا اور کھا لیا۔ حضور اقدس ﷺ نے فرمایا: بہت سے پریشان حال آسمان کی طرف ہاتھ اُٹھا کر دعا مانگتے ہیں۔ یا رب: یا رب کرتے ہیں مگر کھانا حرام، پینا حرام، لباس حرام۔ ایسی حالت میں دعا کہاں قبول ہو سکتی ہے؟

11۔ کوفہ میں مستجاب الدعوات لوگوں کی ایک جماعت تھی۔ جب کوئی حاکم ان پر مسلط ہوتا، وہ اس کے لیے بد دعا کرتے اور وہ ہلاک ہو جاتا۔ حجاج ظالم کا جب وہاں تسلط ہوا تو اس نے ایک دعوت کی، جس میں ان حضرات کو خاص طور پر شریک کیا، جب وہ کھانے سے فارغ ہو چکے تو اس نے کہا: میں ان لوگوں کی بد دعا سے محفوظ ہو گیا کہ حرام کی روزی ان کے پیٹ میں داخل ہو گئی ہے۔

پیر و مرشد صوفی محمد برکت علی لدھیانوی کا کوئی بھی خلیفہ مجاز / جانشین نہیں ہے اس طرح میں بھی ایک ادنیٰ غلام (مرید) ہوں نہ کہ خلیفہ مجاز۔ ابو عبداللہ حامد شافی

تفسیر قرآن

أَعُوذُ بِاللّٰهِ مِنَ الشَّيْطٰنِ الرَّجِيْمِ ○ بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

تَبَّتْ يَدَآ اَبِىْ لَهَبٍ وَّتَبَّ ؕ 1 مَآ اَغْنٰى عَنْهُ مَالُهٗ وَمَا كَسَبَ ؕ 2 سَيَصْلٰى نَارًا ذَاتَ لَهَبٍ ۚ 3 وَّامْرَاَتُهٗ ؕ حَمَّالَةَ الْحَطَبِ ۚ 4 فِىْ جِيْدِهَا حَبْلٌ مِّنْ مَّسَدٍ 5

"ٹوٹ گئے ابولہب کے ہاتھ اور نامراد ہو گیا وہ۔ اُس کا مال اور جو کچھ اس نے کمایا وہ اس کے کسی کام نہ آیا۔ ضرور وہ شعلہ زن آگ میں ڈالا جائے گا اور (اُس کے ساتھ) اُس کی جورو (بیوی) بھی، لگائی بجھائی کرنے والی، اُس کی گردن میں مونجھ کی رسی ہوگی"

سورہ اللھب (تبت): یہ سورۃ مکہ میں نازل ہوا۔ اس میں ۵ آیات ہیں۔

سورہ لہب (تبت) کے مطالب اور اس کی فضیلت: یہ سورہ جو مکہ میں اور تقریباً پیغمبر اسلام کی آشکار دعوت کے آغاز میں نازل ہوا تھا، وہ واحد سورہ ہے جس میں پیغمبر اسلام اور اسلام کے دشمنوں میں سے اس زمانہ کے ایک دشمن (یعنی ابولہب) پر نام لے کر سخت حملہ کیا گیا ہے اور اس کا مضمون اس بات کی نشان دہی کرتا ہے کہ اسے پیغمبر اسلام کے ساتھ خصوصی عداوت تھی اور وہ اور اس کی بیوی کام بگاڑنے اور بدزبانی کرنے میں کوئی کسر اٹھا نہیں رکھتے تھے۔ قرآن صراحت کے ساتھ کہتا ہے کہ وہ دونوں جہنمی ہیں اور ان کے لیے نجات کی کوئی راہ نہیں ہے۔ یہ معنی صحیح ثابت ہوا ہے اور وہ دونوں انجام کار دنیا سے بے ایمان ہو گئے۔ یہ قرآن کی ایک کھلی ہوئی پیش گوئی ہے۔

اور اس کی فضیلت: ایک حدیث میں پیغمبر اکرم ﷺ سے آیا ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا: "من قرأها رجوت ان لايجمع الله بينه وبين ابى لهب فى دار واحدة" جو شخص اس کی تلاوت کرے گا مجھے امید ہے کہ خدا اسے اور ابولہب کو ایک گھر میں اکٹھا نہیں کرے گا (یعنی وہ اہل بہشت سے ہوگا، جب کہ ابولہب اہل دوزخ سے ہے۔ یہ بات کہے بغیر واضح ہے کہ یہ فضیلت اس شخص کے لیے ہے جو اس سورہ کو پڑھ کر اپنا راستہ ابولہب کے راستے سے جدا کرے، نہ کہ وہ لوگ جو زبان سے تو پڑھیں لیکن ابولہب جیسا عمل کریں۔

شان نزول: "ابن عباس" سے نقل ہوا ہے کہ جس وقت آیہ "وانذر عشيرتك الاقربين" نازل ہوئی اور پیغمبر ﷺ اپنے قریبی رشتہ داروں کو متوجہ کرنے اور اسلام کی دعوت دینے (اور اپنی دعوت کا اعلان کرنے) پر مامور ہوئے، تو پیغمبر کوہ صفا پر آئے اور پکار کر کہا "یا صباحاہ" (یہ جملہ عرب اس وقت کہتے تھے جب ان پر دشمن کی طرف سے غفلت کی حالت میں حملہ ہو جاتا تھا تا کہ سب کو باخبر کر دیں اور وہ مقابلہ کے لیے کھڑے ہو جائیں، لہٰذا کوئی شخص "یا صباحاہ" کہہ کر آواز دیتا تھا! "صباح" کے لفظ کا انتخاب اس وجہ سے کیا جاتا تھا کہ عام طور پر غفلت کی حالت میں حملے صبح کے وقت کیے جاتے تھے)۔ مکہ کے لوگوں نے جب یہ صدا سنی تو انہوں نے کہا کہ یہ کون ہے جو فریاد کر رہا ہے۔ کہا گیا کہ یہ "محمد ﷺ" ہیں۔ کچھ لوگ آپ کے پاس پہنچے تو آپ ﷺ نے قبائل عرب کو ان کے نام کے ساتھ پکارا۔ آپ کی آواز پر سب کے سب جمع ہو گئے تو آپ ﷺ نے ان سے فرمایا: "مجھے بتلاؤ! اگر میں تمہیں یہ خبر دوں کہ دشمن کے سوار اس پہاڑ کے پیچھے سے حملہ کرنے والے ہیں، تو کیا تم میری بات کی تصدیق کرو گے"۔۔۔ انہوں نے جواب دیا: "ہم نے آپ ﷺ سے کبھی جھوٹ نہیں سنا۔" آپ ﷺ نے فرمایا: "انى نذير لكم بين يدى عذاب شديد" "میں تمہیں خدا کے شدید عذاب سے ڈراتا ہوں" (میں تمہیں توحید کا اقرار کرنے اور بتوں کو ترک کرنے کی دعوت دیتا ہوں) جب ابولہب نے یہ بات سنی تو اس نے کہا: "تبا لك! امنا جمعتنا الا لهذا؟!": "تو ہلاک ہو جائے! کیا تو نے ہمیں صرف اس بات کے لیے جمع کیا ہے"؟ اس موقع پر یہ سورہ نازل ہوا: تبت يدا ابى لهب وتب "اے ابولہب تو ہی ہلاک ہو اور تیرے ہاتھ ٹوٹیں تو ہی زیاں کار اور ہلاک ہونے والا ہے۔ بعض نے اس موقع پر اس بات کا اضافہ کیا ہے کہ ابولہب کی بیوی "ام جمیل" نے یہ خبر سنی کہ یہ سورہ اس کے اور اس کے شوہر کے بارے میں نازل ہوئی ہے تو وہ آپ کے پاس آئی، لیکن وہ آپ کو نہ دیکھ سکی۔ اس کے ہاتھ میں ایک پتھر تھا اور وہ کہہ رہی تھی کہ میں نے سنا ہے "محمد نے میری ہجو کی ہے۔ خدا کی قسم اگر وہ مجھے مل گیا تو میں یہ پتھر اس کے منہ پر دے ماروں گی، میں خود بھی شاعر ہوں"! اس کے بعد اصطلاح کے مطابق اس نے پیغمبر اسلام کی مذمت میں شعر کہے ہیں۔ اسلام کے لیے ابولہب اور اس کی بیوی کا خطرہ اور ان کی عداوت اسی تک منحصر نہیں تھی۔ اور اگر ہم دیکھتے ہیں کہ قرآن نے ان پر سخت شدید حملہ کیا ہے اور صراحت کے ساتھ ان کی مذمت کر رہا ہے تو اس کی بہت سی وجوہات ہیں، جن کی طرف انشاء اللہ بعد میں اشارہ ہوگا۔

ابولہب کے متعلق قرآن مجید کی پیشین گوئی: ابولہب کا اصل نام عبدالعزیٰ تھا۔ قرآن مجید میں صرف اسی شخص کا نام لے کر اس کی مذمت کی گئی ہے حالانکہ مکہ میں بھی اور ہجرت کے بعد مدینہ میں بھی بہت سے لوگ ایسے تھے جو اسلام اور پیغمبر اسلام کی عداوت میں ابولہب سے کسی طور پر بھی کم نہ تھے۔ یہ شخص مکہ میں حضور صلی اللہ علیہ وسلم کا سب سے قریبی ہمسایہ تھا، دونوں گھروں کے درمیان صرف ایک دیوار حائل تھی۔ یہ اور اس کے اہل خانہ نے حضور صلی اللہ علیہ وسلم کو کبھی چین لینے نہیں دیا تھا۔ آپ کبھی نماز پڑھ رہے ہوتے تو یہ بکری کی اوجھڑی آپ صلی اللہ علیہ وسلم پر پھینک دیتے۔ ہنڈیا میں غلاظت ڈال دیتے۔ ابولہب کی بیوی ام جمیل کا تو روزانہ کا یہی کام تھا کہ وہ راتوں کو آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے گھر کے دروازے پر خاردار جھاڑیاں لا کر بچھا دیتی تھی تا کہ صبح سویرے جب آپ یا آپ کے بچے باہر نکلیں تو کوئی کانٹا پاؤں میں چبھ جائے۔ اس کے علاوہ بھی یہ شخص ہر اس جگہ پہنچ کر حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی مخالفت کرتا جہاں آپ دعوت دین کے لیے جاتے اور لوگوں کو آپ کے خلاف اُکساتا۔ چنانچہ اسی وجہ سے اللہ تعالیٰ نے اس شخص کا نام لے کر درج ذیل سورۃ مبارکہ میں اس کی اور اس کی بیوی کی مذمت فرمائی: اس سورۃ مبارکہ میں بالواسطہ اللہ تعالیٰ نے یہ پیشین گوئی فرمائی تھی کہ ابولہب اور اس کی بیوی کبھی بھی اسلام قبول نہیں کریں گے۔ اور ان کی موت ذلت آمیز ہوگی۔ چنانچہ ایسا ہی ہوا، حالانکہ یہ سورۃ مبارکہ ابولہب کی موت سے تقریباً 10 سال پہلے نازل ہوئی تھی، اگر وہ اسلام قبول کر لیتا تو نعوذ باللہ قرآن غلط ثابت ہو سکتا تھا مگر ایسا نہیں ہوا۔ اور لطف کی بات یہ کہ اس کی موت کے بعد اس کی بیٹی درہ اور اس کے دونوں بیٹوں عتبہ اور معتب نے اسلام قبول کر لیا۔ تفاسیر میں آتا ہے کہ جنگ بدر میں قریش کی شکست کی جب اسے مکہ میں خبر ملی تو اُس کو اتنا رنج ہوا کہ وہ سات دن سے زیادہ زندہ نہ رہ سکا۔ پھر اس کی موت بھی نہایت عبرتناک تھی۔ اسے عدسہ (Malignant Pustule) کی بیماری ہوگئی جس کی وجہ سے اس کے گھر والوں نے اُسے چھوڑ دیا، کیونکہ انہیں چھوت لگنے کا ڈر تھا۔ مرنے کے بعد بھی تین روز تک کوئی اس کے پاس نہ آیا یہاں تک کہ اس کی لاش سڑ گئی اور اس کی بو پھیلنے لگی۔ آخر کار جب لوگوں نے اس کے بیٹوں کو طعنے دینے شروع کیے تو ایک روایت یہ ہے کہ انہوں نے کچھ حبشیوں کو اجرت دے کر اس کی لاش اٹھوائی اور انہی مزدوروں نے اس کو دفن کیا اور دوسری روایت یہ ہے کہ انہوں نے ایک گڑھا کھدوایا اور لکڑیوں سے اس کی لاش کو دھکیل کر اس میں پھینکا اور اوپر سے مٹی ڈال کر اسے ڈھانک دیا۔ چنانچہ اللہ تعالیٰ کا قرآن مجید میں یہ فرمان حرف بحرف سچ ثابت ہوا جو اس کی سچائی کی ایک اور واضح دلیل ہے۔

پس منظر: قرآن مجید میں یہ ایک ہی مقام ہے جہاں دشمنان اسلام میں سے کسی شخص کا نام لے کر اس کی مذمت کی گئی ہے، حالانکہ مکے میں بھی اور ہجرت کے بعد مدینے میں بھی بہت سے لوگ ایسے تھے جو اسلام اور محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی عداوت میں ابولہب سے کسی طرح کم نہ تھے۔ سوال یہ ہے کہ اس شخص کی وہ کیا خصوصیت تھی جس کی بنا پر اس کا نام لے کر اس کی مذمت کی گئی؟ اس بات کو سمجھنے کے لیے ضروری ہے کہ اس وقت کے عربی معاشرے کو سمجھا جائے، اور اس میں ابولہب کے کردار کو دیکھا جائے۔ قدیم زمانے میں چونکہ پورے ملک عرب میں ہر طرف بدامنی، غارت گری اور طوائف الملوکی پھیلی ہوئی تھی، اور صدیوں سے حالت یہ تھی کہ کسی شخص کے لیے اس کے اپنے خاندان اور خونی رشتہ داروں کی حمایت کے سوا جان و مال اور عزت و آبرو کے تحفظ کی کوئی ضمانت نہ تھی، اس لیے عربی معاشرے کی اخلاقی قدروں میں صلہ رحمی (یعنی رشتہ داروں کے ساتھ حسن سلوک) کو بڑی اہمیت حاصل تھی، اور قطع رحمی کو بہت بڑا پاپ سمجھا جاتا تھا۔ عرب کی انہی روایات کا یہ اثر تھا کہ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم جب اسلام کی دعوت لے کر اٹھے تو قریش کے دوسرے خاندانوں اور ان کے سرداروں

نے تو محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی شدید مخالفت کی، مگر بنی ہاشم اور بنی المطلب (ہاشم کے بھائی مطلب کی اولاد) نے نہ صرف یہ کہ آپ کی مخالفت نہیں کی، بلکہ وہ کھلم کھلا آپ کی حمایت کرتے رہے، حالانکہ ان میں سے اکثر لوگ آپ کی نبوت پر ایمان نہیں لائے تھے۔ قریش کے دوسرے خاندان خود بھی محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے ان خونی رشتہ داروں کی حمایت کو عرب کی اخلاقی روایات کے عین مطابق سمجھتے تھے، اسی وجہ سے انہوں نے بھی بنی ہاشم اور بنی المطلب کو یہ طعنہ نہیں دیا کہ تم ایک دوسرا دین پیش کرنے والے شخص کی حمایت کر کے اپنے دین آبائی سے منحرف ہو گئے ہو۔ وہ اس بات کو جانتے اور مانتے تھے کہ اپنے خاندان کے ایک فرد کی حمایت میں اس کے دشمنوں کے حوالے نہیں کر سکتے اور ان کا اپنے عزیز کی پشت پناہی کرنا قریش اور اہل عرب، سب کے نزدیک بالکل ایک فطری امر تھا۔ اس اخلاقی اصول کو، جسے زمانہ جاہلیت میں بھی عرب نے قابل احترام سمجھتے تھے، صرف ایک شخص نے اسلام دشمنی میں توڑ ڈالا، اور وہ تھا ابولہب بن عبدالمطلب۔ یہ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا چچا تھا۔ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے والد ماجد اور یہ ایک ہی باپ کے بیٹے تھے۔ عرب میں چچا باپ کی جگہ سمجھا جاتا تھا، خصوصاً جبکہ بھتیجے کا باپ وفات پا چکا ہو تو عربی معاشرے میں چچا سے یہ توقع کی جاتی تھی کہ وہ بھتیجے کو اپنی اولاد کی طرح عزیز رکھے گا۔ لیکن اس شخص نے اسلام کی دشمنی اور کفر کی محبت میں ان تمام عربی روایات کو پامال کر دیا۔ ابن عباس سے متعدد سندوں کے ساتھ یہ روایت محدثین نے نقل کی ہے کہ جب محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو دعوت عام پیش کرنے کا حکم دیا گیا اور قرآن مجید میں یہ ہدایت نازل ہوئی کہ آپ اپنے قریب ترین عزیزوں کو سب سے پہلے خدا کے عذاب سے ڈرائیں تو آپ نے صبح سویرے کوہ صفا پر چڑھ کر بلند آواز سے پکارا "یا صباحاہ" (ہائے صبح کی آفت)۔ عرب میں یہ صدا وہ شخص لگاتا تھا جو صبح کے جھٹ پٹے میں کسی دشمن و اپنے قبیلے پر حملہ کرنے کے لیے آتے دیکھ لیتا تھا۔ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی یہ آواز سن کر لوگوں نے دریافت کیا کہ یہ کون پکار رہا ہے۔ بتایا گیا کہ یہ محمد (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی آواز ہے۔ اس پر قریش کے تمام خاندان کے لوگ آپ کی طرف دوڑ پڑے۔ جو خود آ سکتا تھا وہ خود آیا، اور جو نہ آ سکتا تھا اس نے اپنی طرف سے کسی کو بھیج دیا۔ جب سب جمع ہو گئے تو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے قریش کے ایک ایک خاندان کا نام لے لے کر پکارا اے بنی ہاشم، اے بنی عبدالمطلب، اے بنی فہر، اے بنی فلاں، اے بنی فلاں، اگر میں تمہیں یہ بتاؤں کہ پہاڑ کے پیچھے ایک لشکر تم پر حملہ کرنے کے لیے تیار ہے تو تم میری بات سچ مانو گے؟ لوگوں نے کہا کہ ہاں، ہمیں کبھی تم سے جھوٹ سننے کا تجربہ نہیں ہوا ہے۔ آپ نے فرمایا تو میں تمہیں خبردار کرتا ہوں کہ آگے سخت عذاب آ رہا ہے۔ اس پر قبل اس کے کہ کوئی اور بولتا محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے اپنے چچا ابولہب نے کہا "تبا لک الھذا جمعتنا؟" (ستیاناس جائے تیرا، کیا اس لیے تو نے ہمیں جمع کیا تھا؟) ایک روایت میں یہ بھی ہے کہ اس نے پتھر اٹھایا تاکہ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم پر کھینچ مارے۔ ابن زید کی روایت ہے کہ ابولہب نے محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے ایک روز پوچھا اگر میں تمہارے دین کو مان لوں تو مجھے کیا ملے گا؟ آپ نے فرمایا جو اور سب ایمان لانے والوں کو ملے گا۔ اس نے کہا میرے لیے کوئی فضیلت نہیں ہے؟ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا اور آپ کیا چاہتے ہیں؟ اس پر وہ بولا "تبا لھذا الدین تبا ان اکون وھؤلاء سواء" (ناس جائے اس دین کا جس میں میں اور یہ دوسرے لوگ برابر ہوں)۔

نبوت سے پہلے محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی دو صاحبزادیاں ابولہب کے بیٹوں عتبہ اور عتیبہ سے بیاہی ہوئی تھیں۔ اظہار نبوت کے بعد جب محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے اسلام کی طرف دعوت دینی شروع کی تو اس شخص نے اپنے دونوں بیٹوں سے کہا کہ میرے لیے تم سے ملنا حرام ہے اگر تم محمد (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی بیٹیوں کو طلاق نہ دے دو۔ چنانچہ دونوں نے طلاق دے دی اور عتیبہ تو جہالت میں اس قدر آگے بڑھ گیا کہ ایک روز حضور کے سامنے آ کر اس نے کہا میں "النجم اذا ھوی" اور "الذی دنا فتدلی" کا انکار کرتا ہوں، اور یہ کہہ کر اس نے محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی طرف تھوکا جو آپ پر نہیں پڑا۔ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے فرمایا خدایا، اس پر اپنے کتوں میں سے ایک کتے کو مسلط کر دے۔ اس کے بعد عتیبہ اپنے باپ کے ساتھ شام کے سفر پر روانہ ہو گیا۔ دوران سفر میں ایک ایسی جگہ قافلے نے پڑاؤ کیا جہاں مقامی لوگوں نے بتایا کہ راتوں کو درندے آتے ہیں۔ ابولہب نے اپنے ساتھی اہل قریش سے کہا کہ میرے بیٹے کی حفاظت کا کچھ انتظام کرو، کیونکہ مجھے محمد (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) کی بددعا کا خوف ہے۔ اس پر قافلے والوں نے عتیبہ کے گرد ہر طرف اپنے اونٹ بٹھا دیے اور پڑ کر سو رہے۔ رات کو ایک شیر آیا اور اونٹوں کے حلقے میں سے گزر کر اس نے عتیبہ کو پھاڑ کھایا۔ روایات میں یہ اختلاف ہے کہ بعض راوی طلاق کے معاملے کو اظہار نبوت کے بعد کا واقعہ بیان کرتے ہیں اور بعض کہتے ہیں کہ تبت یدا ابی لھب کے نزول کے بعد پیش آیا تھا۔ اس امر میں بھی اختلاف ہے کہ یہ ابولہب کا لڑکا عتبہ تھا یا عتیبہ لیکن یہ بات ثابت ہے کہ فتح مکہ کے بعد عتبہ نے اسلام قبول کر کے محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے دست مبارک پر بیعت کی۔ اس لیے صحیح بات یہی ہے کہ یہ لڑکا عتیبہ تھا۔ اس کے خبث نفس کا یہ حال تھا کہ جب محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے صاحبزادے قاسم بن محمد کے بعد دوسرے صاحبزادے عبداللہ بن محمد کا بھی انتقال ہو گیا تو یہ اپنے بھتیجے کے غم میں شریک ہونے کے بجائے خوشی خوشی دوڑا ہوا قریش کے سرداروں کے پاس پہنچا اور ان کو خبر دی کہ لو آج محمد (صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم) بے نام و نشان ہو گئے۔ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم جہاں جہاں بھی اسلام کی دعوت دینے کے لیے تشریف لے جاتے، یہ آپ کے پیچھے پیچھے جاتا اور لوگوں کو آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی بات سننے سے روکتا۔ ربیعہ بن عباد الدیلی رضی اللہ عنہ بیان کرتے ہیں کہ میں نوعمر تھا جب اپنے باپ کے ساتھ ذوالمجاز کے بازار میں گیا۔ وہاں میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو دیکھا کہ آپ کہہ رہے تھے اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، فلاح پاؤ گے" اور آپ کے پیچھے پیچھے ایک شخص کہتا جا رہا تھا کہ "یہ جھوٹا ہے، دین آبائی سے پھر گیا ہے"۔ میں نے پوچھا یہ کون شخص ہے؟ لوگوں نے کہا یہ ان کا چچا ابولہب ہے۔ دوسری روایت انہی ربیعہ سے ہے کہ میں نے رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو دیکھا: آپ ایک ایک قبیلے کے پڑاؤ پر جاتے ہیں اور فرماتے ہیں "اے بنی فلاں! میں تمہاری طرف اللہ کا رسول ہوں۔ تمہیں ہدایت کرتا ہوں کہ صرف اللہ کی عبادت کرو اور اس کے ساتھ کسی کو شریک نہ کرو۔ تم میری تصدیق کرو اور میرا ساتھ دو تاکہ میں وہ کام پورا کروں جس کے لیے اللہ نے مجھے بھیجا ہے۔" آپ کے پیچھے پیچھے ایک اور شخص آتا ہے اور وہ کہتا ہے کہ "اے بنی فلاں، یہ تم کو لات و عزیٰ سے پھیر کر اس بدعت اور گمراہی کی طرف لے جانا چاہتا ہے جسے یہ لے کر آیا ہے۔ اس کی بات ہرگز نہ مانو اور اس کی پیروی نہ کرو"۔ میں نے اپنے باپ سے پوچھا یہ کون ہے۔ انہوں نے کہا یہ ان کا چچا ابولہب ہے۔ طارق بن عبداللہ المحاربی کی روایت بھی اس سے ملتی جلتی ہے۔ وہ کہتے ہیں میں نے ذوالمجاز کے بازار میں دیکھا رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم لوگوں سے کہتے جاتے ہیں کہ "لوگو، لا الہ الا اللہ کہو، فلاح پاؤ گے" اور پیچھے ایک شخص ہے جو آپ کو پتھر مار رہا ہے۔ یہاں تک کہ آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ایڑیاں خون سے تر ہو گئی ہیں اور وہ کہتا جاتا ہے کہ "یہ جھوٹا ہے، اس کی بات نہ مانو"۔ میں نے لوگوں سے پوچھا یہ کون ہے؟ لوگوں نے کہا یہ ان کا چچا ابولہب ہے۔ نبوت کے ساتویں سال جب قریش کے تمام خاندانوں نے بنی ہاشم اور بنی المطلب کا معاشرتی اور معاشی مقاطعہ کیا اور یہ دونوں خاندان رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی حمایت پر ثابت قدم رہتے ہوئے شعب ابی طالب میں محصور ہو گئے تو تنہا یہی ابولہب تھا جس نے اپنے خاندان کا ساتھ دینے کے بجائے کفار قریش کا ساتھ دیا۔ یہ مقاطعہ تین سال تک جاری رہا اور اس دوران میں بنی ہاشم اور بنی المطلب پر فاقوں کی نوبت آ گئی۔ مگر ابولہب کا حال یہ تھا کہ جب مکہ میں کوئی تجارتی قافلہ آتا اور شعب ابی طالب کے محصورین میں سے کوئی خوراک کا سامان خریدنے کے لیے اس کے پاس جاتا تو یہ تاجروں سے پکار کر کہتا کہ ان سے اتنی قیمت مانگو کہ یہ خرید نہ سکیں، تمہیں جو خسارہ بھی ہو گا اسے میں پورا کروں گا۔ چنانچہ وہ بے تحاشا قیمت طلب کرتے اور خریدار بیچارہ اپنے بھوک سے تڑپتے ہوئے بال بچوں کے پاس خالی ہاتھ پلٹ جاتا۔ پھر ابولہب انہی تاجروں سے وہی چیزیں بازار کے بھاؤ خرید لیتا۔ یہ اس شخص کی حرکات تھیں جن کی بنا پر اس سورت میں نام لے کر اس کی مذمت کی گئی ہے۔ خاص طور پر اس کی ضرورت اس لیے تھی کہ مکہ سے باہر کے اہل عرب جو حج کے لیے آتے، یا مختلف مقامات پر لگنے والے بازاروں میں جمع ہوتے، ان کے سامنے جب رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا اپنا چچا آپ کے پیچھے لگ کر آپ کی مخالفت کرتا، تو وہ عرب کی معروف روایات کے لحاظ سے یہ بات خلاف توقع سمجھتے تھے کہ کوئی چچا بلا وجہ دوسروں کے سامنے خود اپنے بھتیجے کو برا بھلا کہے اور اسے پتھر مارے اور اس پر الزام تراشیاں کرے۔ اسی وجہ سے وہ ابولہب کی بات سے متاثر ہو کر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے بارے میں شک میں پڑ جاتے مگر جب یہ سورت نازل ہوئی اور ابولہب نے غصے میں بھر کر اول فول بکنا شروع کر دیا تو لوگوں کو معلوم ہو گیا کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی مخالفت میں اس شخص کا قول قابل اعتبار نہیں ہے کیونکہ یہ اپنے بھتیجے کی دشمنی میں دیوانہ ہو رہا ہے۔ اس کے علاوہ نام لے کر جب آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے چچا کی مذمت کی گئی تو لوگوں کو یہ توقع ہمیشہ کے لیے ختم ہو گئی کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم دین کے معاملہ میں کسی کا لحاظ کر کے کوئی مداہنت برت سکتے ہیں۔ جب علی الاعلان رسول صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے اپنے چچا کی خبر لے ڈالی گئی تو لوگ سمجھ گئے کہ یہاں کسی لاگ لپیٹ کی گنجائش نہیں ہے۔ غیر اپنا ہو سکتا ہے اگر ایمان لے آئے، اور اپنا غیر ہو جاتا ہے اگر کفر کرے۔ اس معاملے میں فلاں ابن فلاں کی کوئی اہمیت نہیں ہے۔

ماہنامہ الشافیۃ

اپریل 2018ء ○ رجب 1439ھ

موضوعات / وظائف

جب کریم کرم فرمادے	4
معراج النبی ﷺ	5
خانقاہ شافیہ سے شفاء پانے والے	7
دم والا پانی۔۔۔شفاء یا دباء	8
سورہ رحمٰن اور پانی	9
حقے کا پانی۔۔۔لا علاج بیماریاں	9
سُنت کی برکات	10
بلڈ پریشر، شوگر، نزلہ اور نکسیر سے نجات	10
کونڈوں کی شرعی حیثیت	11
شام کی بیٹی کی عظمت کو سلام	13
رنا اسکولنگ سسٹم	14
سمر کیمپ۔۔۔آبادی/بربادی	15
عرق گلاب کے کرشمات	16
"میرا مرشد۔۔۔میرا باپ"	17
والدین کو عزت دینے کے ۳۵ طریقے	17
حیات سرمدی	18
پہلا محبت نامہ۔۔۔سیدزادی کا جواب	20
درود تاج کے کمالات	21
سات سوال سات جواب	22
دجال کون ہے۔۔۔؟	23
غسل شفاء لاعلاج بیماریوں کا کامیاب علاج	23
تجھ سا کوئی نہیں	24
خواجہ غریب نواز "نے ہندوستان کو کیا دیا؟	29
وظائف و عملیات و روحانیات	30
روح کی بیماریاں، علامات اور علاج	31
روزے کی طبی فوائد اور سائنس	32
سونف اور اجوائن کے کرشمے	32
نماز کے مسائل	33
شان سنت رسول ﷺ	33
شریعت، طریقت، حقیقت، معرفت	34
ملک شام اور حضور ﷺ کے فرمان	36
میں ضمانت دیتا ہوں۔۔۔قاتل کی	37
میں ضمانت دیتا ہوں۔۔۔قاتل کی	37
کالا جادو۔۔۔کالے کرتوت	38
فلمی رسالے اور بربادی کی کہانی	39
پُر اسرار دنیا کا مسافر	40
جنات کا دیا کباب کھایا اور زندگی برباد	42
جادو یا بیماری۔۔۔تشخیص خود کریں۔	42
مچھلی کا پیٹ اور قرآن کی حقانیت	43
جادو سے نجات کے لیے خضری عمل	43
تبلیغ دین اور اس کے اصول (حصہ دوئم)	44
لاش کہاں ہے؟	46
صدقہ کرنے کے کچھ چھوٹے طریقے	46
شیخ کی توہین۔۔۔کفر ہے	47
"کفریہ کلمات"۔۔۔کہیں آپ تو نہیں بولتے	47
"کمائیں گے نہیں تو کھائیں گے کہاں سے"	48
ماں، بچے کی صحت اور حفاظت	49
صحابیات اہل بیت کا روزہ اور تقویٰ	50

نوٹ۔۔۔ مضمون نگار کی رائے کے ساتھ مدیر اور کتاب "الشافیہ" کی پالیسی کا متفق ہونا ضروری نہیں ہے۔

الإهداء

قَالَ رَسُوْلُ اللهِ ﷺ تَهَادُوْا تَحَابُّوْا

رسُولُ اللہ ﷺ نے فرمایا تم ایک دوسرے کو تحفہ دو تمہارے درمیان محبت پیدا ہوگی۔

برائے تحفہ منجانب: ____________________

منجانب: ____________________

مختلف شہروں میں "ماہنامہ الشافیہ" ملنے کا پتہ

● ملتان: ۱۔الشفاء ڈیکل سٹی بوسن روڈ گلگشت۔ محمد عمران۔ 0321-7318454

۲۔جہانزیب شافی قاسم بیلہ کینٹ 0313-3787887 ۳۔محمد بلال حامد شافی شالیمار کالونی 0300-7291829

۴۔فاروق احمد شافی گلبرگ کالونی 0307-0170311 ۵۔محمود شافی 0302-3560514

● گڑھ موڑ شہر سلطان باہوؒ: محمد خان شافی 0300-8080563 ● چونیاں پتوکی: محمد عاطف شافی 0301-4172312

● پاکپتن، عارف والا: محمد ظفر شافی 0300-6941241 ● کوٹ سلطان، لیہ: محمد عباس سیفی شافی 0301-7846687

● فیصل آباد: محمد امین شافی [illegible] ● حافظ آباد: اعجاز احمد۔ چک جنڈ 0345-6[illegible]55

● بورے والا: محمد تنویر عالم شافی 0300-6990374 طارق جاوید الفضل بازار 0321-6245721

● جوہر آباد: خوشاب: اللہ بخش شافی 0304-5493140 ● پنڈ دادن خان: احسان شافی 0345-7565631

● سیلسی، رودکوٹ: قاری غلام مرتضیٰ شافی 0301-7455441 ● میانوالی: سیلان: غلام مصطفیٰ شافی 0307-3772400

● شجاع آباد: ماسٹر منظور احمد۔ 0331-7117994 ● لاہور: پروفیسر نور الحق شافی 0300-4481148

● ڈی جی خان: ملک اے ڈی۔ ملن میرج ہال۔ 0331-7356158

خط و کتابت: خانقاہ شافیہ المعروف دار الشفاء، بالمقابل ٹیلی فون ایکسچینج، بوسن روڈ ملتان پاکستان ● برائے معلومات محمد زید شافی 03029333303 محمد فاروق شافی 03070170311

facebook.com/silsalahealia.shaafia 03136023366(only Text No Call)

جب کریم کرم فرمادے

حضرت منصور بن عمار رحمۃ اللہ علیہ جو عراق کے مشہور مبلغ تھے فرماتے ہیں کہ ایک رات عالم خواب میں میں نے آسمان میں ایک کھلا ہوا دروازہ دیکھا، اس سے ایک انتہائی نورانی فرشتہ اترا اور مجھ سے کہنے لگا: "اے ابن عمار (رحمۃ اللہ علیہ) خدائے جبار و قہار، دن رات کا خالق عزوجل تمہیں سلام فرماتا ہے اور حکم فرماتا ہے کہ کل اپنا منبر شراب خانے میں رکھ کر وہیں دل سے نصیحت بھرا بیان کرنا کہ اس میں ہمارے بہت سے راز پوشیدہ ہیں اور ہم تمہیں اپنی عجیب نشانیاں دکھائیں گے"۔ چنانچہ میں گھبرا کر نیند سے بیدار ہوا اور سوچا کہ: "یہ عجیب معاملہ ہے، شاید میرا وہم ہو۔ میں نے اِنَّا لِلّٰہِ وَاِنَّآ اِلَیۡہِ رٰجِعُوۡنَ پڑھا اور سوچنے لگا کہ صحیح احادیث نااہلوں کے سامنے کیسے بیان کی جائیں اور شراب کے مٹکوں اور پیالوں کے درمیان کس طرح قرآن کریم کی تلاوت کی جائے، نصیحتوں اور آیات مقدسہ کو شرابیوں کے سامنے اور وہ بھی شراب خانے میں کیسے پیش کیا جائے؟"۔۔۔ چنانچہ میں نے وضو کیا اور دو رکعت نماز پڑھ کر دوبارہ سو گیا۔ وہی فرشتہ خواب میں دوبارہ نظر آیا اور کہنے لگا: "اے منصور (رحمۃ اللہ علیہ)! میں اللہ عزوجل کے حکم سے آیا ہوں، اللہ تعالیٰ فرماتا ہے! تم اٹھو اور شراب خانے میں بیان کرو، تمہاری حفاظت ہمارے ذمہ کرم پر ہے"۔ چنانچہ میں نیند سے بیدار ہوا، مجھے اس معاملے سے بڑا تعجب ہوا، سوچ بچار کے بعد میں نے دل میں کہا کہ: "منبر اٹھانے کے لیے کسی کو لاتا ہوں"۔ یہ سوچ ہی رہا تھا کہ: کسی نے دروازے پر دستک دی۔ میں نے پوچھا: کون؟۔۔۔ جواب آیا: "اے محترم! میں منبر اٹھانے کے لیے حاضر ہوا ہوں، آپ چاہیں تو آپ کے لیے شراب خانے کے درمیان منبر رکھ دوں یا مٹکوں کے درمیان؟"۔۔۔ میں نے پوچھا: "تجھ پر یہ راز کیسے مُنکشف (ظاہر) ہوا؟۔۔۔ اس نے بتایا: "یہ مجھ پر اسی نے ظاہر کیا ہے جو کسی شئے کو "کُن" فرماتا ہے تو وہ ہو جاتی ہے۔ حضور! جو فرشتہ آج رات آپ کے پاس آیا تھا وہی آپ کے بعد میرے پاس بھی آیا تھا اور مجھے حکم دیا کہ میں آپ کے لیے منبر بچھا دوں"۔۔۔ میں نے کہا: "اے میرے دوست! اگر معاملہ ایسا ہی ہے جیسے تم کہہ رہے ہو تو وہی کرو جس کا تمہیں حکم دیا گیا ہے"۔۔۔ جب صبح خوب روشن ہوگئی تو میں نے حکم بجا آوری میں جلدی کی، میں نے دیکھا کہ تمام شرابی حلقہ بنائے انتظار میں بیٹھے ہیں۔ بہر حال میں منبر پر چڑھ گیا اور کچھ دیر کے لیے سر جھکا لیا، پھر میں نے اپنا سر اُٹھایا اور نصیحت بھرا بیان شروع کر دیا:

"اَلۡحَمۡدُ لِلّٰہ! سب خوبیاں اس ذات کے لیے ہیں جس نے اپنے محبوب بندوں کے دلوں کو اپنے قُرب کی لذت عطا فرمائی اور انہیں اپنے مئے خانہ وصال میں داخل کیا اور اپنی شراب طہور سے سیراب کر کے اپنے غیر سے بے خبر کر دیا، اور محب اپنے محبوب کے علاوہ کسی شئے میں مشغول نہیں ہوتا۔ جب اس ربّ جلیل نے ان پر تجلّی فرمائی تو جمال قُدرت کے مشاہدے کے وقت ہوش اُڑ گئے۔ اے خواہشات کی شراب میں بدمست ہونے والو! اگر تم محبتِ اِلٰہی کے مئے خانے میں داخل ہو جاؤ اور شراب کے مٹکوں کے بجائے قُرب کے گھڑوں کا مشاہدہ کرو، بخشنے والے ربّ کی بارگاہ میں صاحبِ وقار مردوں کو دیکھو کہ ان پر خوشی و مسرت کے جام گردش کر رہے ہیں، خالص شراب طہور کے پیالوں نے ان کو دنیا کی شراب سے بے پرواہ کر دیا ہے، ان کے پیالے اُن کی خوشی و مسرت ہے۔ ان کی شراب ذکرِ اِلٰہی ہے۔ ان کی خوشبو اُن کا قرآن ہے۔ ان کی شمع اُن کی سماعت ہے۔ ان کے نغمے توبہ و استغفار ہیں۔ جب رات تاریک ہوتی ہے اور سب لوگ سو جاتے ہیں تو ربّ کائنات ان پر تجلّی فرماتا اور پردے اُٹھا دیتا ہے، اور اس کے محبوب بندے ایسے جہاں کا مشاہدہ کرتے ہیں کہ جس کا تصور کسی عقل میں آیا نہ کسی کے ذہن میں اُس کا خیال گزرا۔ اے عقل مندو! ذرا غور تو کرو کہ اخروٹ اور اس کے چھلکے کے درمیان کتنا فاصلہ ہوتا ہے، دلوں کی ٹہنیوں کو حرکت دینے والے اور حضرت یعقوب و یوسف علیہم السّلام کو ملانے والے نے مجھے یہاں بیٹھنے کا اِس لیے حکم فرمایا ہے تاکہ وہ تمہارے گناہوں اور نافرمانیوں کو بخش دے اور عفو و رضا کی دولت کا تاج تمہارے سر پر رکھ دے، ماضی کے گناہوں کو مٹا دے، مجرموں سے درگزر فرمائے اور دھتکارے ہوؤں اور نافرمانوں کی توبہ قبول فرمائے۔ (ارے! غور کرو کہ) محبوبِ حقیقی موجود ہے، اُس کی رضا کی آنکھ تمہیں دیکھ رہی ہے اور مصیبت تم سے ٹال دی گئی ہے، تو کیا تم میں توبہ کا عزمِ مصمّم کرنے والا کوئی نہیں؟ بے شک صلح کے جام تمہارے اِرد گرد گھوم رہے ہیں اور تم پر سخاوت کی ہوائیں چل رہی ہیں"۔ حضرت منصور بن عمار رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں: "میرا کلام و بیان ابھی مکمل نہ ہوا تھا کہ نشے میں مدہوش و مجنون ایک نوجوان ہاتھ میں شراب سے بھرا پیالہ لیے میرے سامنے کھڑا ہو گیا اور کہنے لگا! اے ابنِ عمار (رحمۃ اللہ علیہ) بتائیے، کیا اللہ عزوجل مجھے اس حالت میں بھی قبول فرما لے گا؟"۔۔۔ میں نے کہا: اے میرے دوست! کیسے نہیں قبول فرمائے گا حالانکہ وہ خود قرآنِ حکیم میں اِرشاد فرماتا ہے: وَھُوَ الَّذِیۡ یَقۡبَلُ التَّوۡبَۃَ عَنۡ عِبَادِہٖ۔ "اور وہی ہے جو اپنے بندوں کی توبہ قبول فرماتا ہے۔" (پارہ 25، سورۃ الشوریٰ، آیت: 25) یہ سُن کر اُس نوجوان نے پیالہ اپنے ہاتھ سے پھینکا اور حیران و سرگرداں باہر نکل گیا اور اپنی غفلت کی نیند سے بیدار ہو گیا۔ اس کے بعد نشے میں چُور ایک بوڑھا شخص ہاتھ میں طنبورہ (ایک قسم کا باجا) لیے کھڑا ہو کر کہنے لگا: "اے ابنِ عمار (رحمۃ اللہ علیہ)! کیا اللہ سبحان و تعالیٰ اس شخص کی بھی توبہ قبول فرمائے گا جس کی تمام عُمر نافرمانی اور گناہوں میں ضائع ہو گئی ہے؟"۔۔۔ میں نے کہا: اے محترم! وہ کیسے نہ بخشے گا، حالانکہ وہ خود فرماتا ہے: وَاِنِّیۡ لَغَفَّارٌ۔ اور بے شک میں بہت بخشنے والا ہوں۔ (پارہ 16، سورہ طٰہٰ، آیت: 82)۔۔۔۔ "اس نے توبہ کرنے والوں کو خوشخبری دی ہے اور ان کے لیے رحم و کرم کا دروازہ کھول دیا ہے"۔۔۔ جب اس بوڑھے نے میرا کلام سُنا تو طنبورہ پھینک دیا اور غمگین حالت میں جدھر رُخ تھا اُدھر نکل گیا۔ پھر میرے سامنے شراب سے کھیلتا ہوا ایک نوجوان کھڑا ہوا جس پر وجد اور مستی چھائی ہوئی تھی، وہ کہنے لگا: "اے منصور (رحمۃ اللہ علیہ)! اللہ عزوجل نے تمہیں حکم دیا ہے کہ مجھ سے عہد لو، اب تو عہد کا زمانہ گزر چکا ہے اور وعدہ پورا ہونے والا ہے اور مطلوب و مقصود کے حصول کا وقت آچکا ہے۔" میں نے پوچھا: "اے نوجوان! تجھے اس مقام قُرب پر کس نے فائز کیا ہے؟"۔۔۔ اس نے جواب دیا: "میری وجہ سے خواب میں آپ کو وعظ کا حکم دیا گیا اور آپ کے پاس اللہ عزوجل کی طرف سے فرشتہ آیا"۔۔۔ میں نے کہا: "اے میرے دوست! یہ تو بتاؤ کہ تم پر یہ راز کس نے مُنکشف کیا؟"۔۔۔ اس نے جواب میں یہ آیت مُبارکہ تلاوت کی یَعۡلَمُ خَآئِنَۃَ الۡاَعۡیُنِ وَ مَا تُخۡفِی الصُّدُوۡرُ۝ "اللہ جانتا ہے چوری چھپے کی نگاہ اور جو کچھ سینوں میں چھپا ہے۔" (پارہ 24، سورۃ المؤمن، آیت: 19) پھر کہنے لگا: "اے منصور (رحمۃ اللہ علیہ)! جس پر اللہ عزوجل کے لُطف و کرم کی خوشگوار ہوائیں چلتی ہیں وہ صاحب کشف بن جاتا ہے"۔۔۔ میں نے پھر دریافت کیا: "اے محترم! لُطف و کرم کی یہ ہوائیں تم پر کب چلیں؟"۔۔۔ وہ بولا: "آج رات، جب کہ آپ سو رہے تھے"۔۔۔ پھر کہنے لگا: "اے ابنِ عمار (رحمۃ اللہ علیہ)! آپ میری رہنمائی اور قُرب کے سبب بنے ہیں، تو کیا اس کی بارگاہ میں آپ کو کسی قسم کی کوئی حاجت ہے؟" میں نے پوچھا: "تمہاری مُراد کیا ہے؟"۔۔۔ کہنے لگا: "اے منصور (رحمۃ اللہ علیہ)! اللہ سبحان و تعالیٰ کی بارگاہِ قُرب میں ایسے دوستوں کے درمیان جن پر محبت و اُنس کے پیالے گردش کرتے ہیں اور حجاب اُٹھا دیے جاتے ہیں، اگر آپ مجھے دیکھنا چاہتے ہیں تو کل وہاں مجھ سے مُلاقات کیجیے گا"۔۔۔ وہ ہوا میں اُڑتا ہوا میری نگاہوں سے غائب ہو گیا اور میں اسے دیر تک ٹکٹکی باندھے دیکھتا رہا۔ پھر میں نے اُسے چند اشعار پڑھتے سُنا، جن کا مفہوم یہ ہے: "میرے محبوبِ حقیقی نے مجھے پکارا ہے، اس سے وصال کی گھڑیاں قریب آ گئی ہیں۔ اب اگر اس نے پوچھا کہ تُو کیا چاہتا ہے تو میں کہہ دوں گا تیری محبت کا ایسا جام کہ جس کے نشے میں عرصۂ دراز تک حیران و سرگرداں رہوں۔ اے میری آنکھوں کے نُور! میں تجھ کو ایسی نظروں سے دیکھنا چاہتا ہوں جس میں دُوری کی بجائے صِرف قُرب ہو کہ اب اس شوق میں تو میری عقل ختم ہو چکی ہے۔ اے میرے محبوب! میری زبان پر سوائے تیرے ذکر کے کچھ نہیں، اور جب سے تُو نے مجھے وصال کی خوشخبری دی ہے اور میں نے اس پر لبیک کہا ہے تو اس کے بعد کبھی بھی حاضر ہونے میں سُستی کا مظاہرہ نہیں کیا۔ حالانکہ میری حالت تو یہ تھی کہ لگا تار گناہوں میں ڈوبا ہوا تھا لیکن تُو نے مجھ پر کرم کیا اور میرے دل کی بیماریوں کا علاج اپنے وصال سے کیا۔ مجھے اپنی بارگاہ سے دُور نہ کیا۔ میں گناہوں کے گڑھے کے کنارے پر تھا لیکن تُو نے مجھے اس میں گرنے سے بچا لیا اور مجھے اس راستے کی پہچان کروا دی جو تیری بارگاہ تک پہنچانے والا ہے۔ اب میں اس پر چل کر یقیناً اپنا مقصود پا لوں گا۔"

اللہ والو! اللہ کو توبہ پسند ہے اور وہ توبہ کرنے والوں کو پسند فرماتا ہے تو پھر دیر کیوں۔۔۔ ہم بھی اپنی گناہوں سے بھری زندگی سے توبہ کر کے اُسکے مقربین میں شامل ہو سکتے ہیں۔ ربِ کریم ہمیں توبہ کی توفیق عطا فرمائے اور ہماری توبہ کو قبول فرمائے بے شک وہ بہت معاف کرنے والا اور درگزر فرمانے والا ہے۔۔۔!

معراج النبی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم

طائف کے سفر کے بعد معراج کا واقعہ پیش آیا جو نبی صلی اللہ علیہ وسلم پر اللہ کا خاص انعام اور نبوت کا بہت بڑا معجزہ ہے۔ یہ بات اچھی طرح جان لینی چاہیے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو معراج جاگنے کی حالت میں جسم اور روح دونوں کے ساتھ ہوئی یہی اہلسنت والجماعت کا عقیدہ ہے۔ بعض گمراہ لوگ معراج کے واقعہ کو ایک خواب کہتے ہیں بعض کہتے ہیں کہ صرف روح گئی تھی جسم نہ گیا تھا۔ اگر یہ خواب ہوتا تو نبی کی کیا خصوصیت، خواب میں تو عام آدمی بھی بہت کچھ دیکھ لیتا ہے معراج کی اصل خصوصیت ہی یہ ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم جسم سمیت آسمانوں پر تشریف لے گئے تھے۔ لہذا گمراہ لوگوں کے بہکاوے میں مت آئیں۔ اگر یہ صرف خواب ہوتا یا صرف روح کو معراج ہوتی تو مشرکین اسکا مذاق نہ اڑاتے بھلا خواب کے واقعہ پر کوئی مذاق کیوں اڑاتا۔ یہ خواب نہ تھا بلکہ اللہ کے حکم سے حقیقت میں نبی اپنے جسم و روح کے ساتھ آسمانوں پر تشریف لے گئے تھے۔ معراج کے بارے میں اس مسئلہ میں بھی اختلاف پایا جاتا ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اللہ تعالی کو دیکھا یا نہیں۔ اس بارے میں دونوں طرح کی احادیث موجود ہیں لہذا جھگڑا نہ کرنا چاہیے اور خاموش رہنا چاہیے کیونکہ اس بارے میں قیامت کے دن سوال نہ ہوگا۔ البتہ ہمارا عقیدہ یہ ہے کہ نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے اللہ تعالی کا دیدار فرمایا تھا۔

معراج کے واقعہ کی تفصیل

نبی ﷺ مکہ میں حضرت ام ہانی ؓ کے گھر رات کے وقت آرام فرمارہے تھے کہ اللہ نے جبرائیل و میکائیل علیہما السلام کو آپ ﷺ کے پاس بھیجا وہ آپ ﷺ کو مسجد حرام لے گئے پھر وہاں سے براق پر سوار کرواکر مسجد اقصی لے گئے۔۔۔ مسجد اقصی میں تمام انبیاء نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کی اقتداء میں نماز ادا کی۔ پھر آپ ﷺ کو ساتوں آسمانوں کی سیر کروائی گئی۔ جلیل القدر انبیاء سے ملاقات کروائی گئی، جنت و دوزخ دکھلائی گئی۔ معراج کے سفر کے دوران آپ ﷺ کو آخرت کی مثالی شکل کے ذریعہ مجاہدین کے حالات دکھائے گئے جبرائیل نے بتایا کہ اللہ نے مجاہدین کی ہر نیکی کا ثواب سات سوگنا کردیا ہے۔۔۔ معراج کے سفر کے دوران نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو خیانت کرنے والے، فرض نمازوں کو چھوڑنے والے، زکوۃ ادا نہ کرنیوالے، بدکاری کرنے والے، ڈاکہ ڈالنے والے وغیرہ لوگوں کے بھیانک انجام دکھائے گئے۔ مثلا فرض نماز چھوڑنے والوں کے سروں کو کچلا جارہا تھا انکے سر ریزہ ریزہ ہوجاتے پھر ٹھیک ہوجاتے پھر مارا جاتا اسی طرح کچلنے کا عمل جاری رہتا۔ سدرۃ المنتہی جو ساتوں آسمانوں سے اوپر ہے وہاں پہنچ کر نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے جبرائیل کو انکی اس اصل شکل میں دیکھا جس شکل میں اللہ نے انھیں بنایا تھا انکے چھ سو پر ہیں ہر پر اتنا بڑا ہے کہ اس سے آسمان کا کنارہ چھپ جائے ان پروں سے رنگا رنگ موتی اور یاقوت اتنی زیادہ تعداد میں گر رہے تھے کہ جسکا شمار اللہ ہی کو معلوم ہے۔ سدرۃ المنتہی پہنچنے کے بعد جبرائیل نے کہا کہ میری پہنچ کا مقام یہاں ختم ہوگیا اب آپ آگے تشریف لے جائیں۔ چنانچہ ایک بدلی نے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو آگھیرا اور آپ کو اس بدلی کے ذریعہ اوپر اٹھالیا گیا بعض روایات میں ایک سیڑھی کے ذریعہ اٹھانے کا ذکر بھی آیا ہے۔ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم آگے بڑھے یہاں تک کہ سونے کے ایک تخت تک پہنچ گئے اس پر جنت کا ریشمی قالین بچھا ہوا تھا آپ ﷺ نے اللہ کی حمد بیان کی پھر آپکو اللہ کا دیدار ہوا آپ فوراً سجدہ میں گر گئے پھر اللہ نے آپ ﷺ پر وحی اتاری۔۔۔ اے محمد ﷺ! جب تک آپ ﷺ جنت میں نہ جائیں گے اسوقت تک نبیوں کیلئے جنت حرام رہے گی، اسی طرح جب تک آپکی اُمت جنت میں نہ جائے گی اسوقت تک تمام اُمتوں پر جنت حرام رہے گی۔۔ اسکے بعد پچاس نمازیں فرض ہوئیں۔۔ پچاس نمازیں حضرت موسیٰ کے مشورہ سے کم کروائی گئیں یہاں تک کہ انکی تعداد پانچ رہ گئی تاہم اللہ تعالی نے فرمایا: اے محمد ﷺ! ہر روز یہ پانچ نمازیں ہیں ان میں سے ہر ایک کا ثواب دس کے برابر ہوگا اور اس طرح ان پانچ نمازوں کا ثواب پچاس نمازوں کے برابر ہی ہوگا۔ آپکی اُمت میں سے جو بھی نیکی کا ارادہ کرے اور پھر نہ کرسکے تو اس کے حق میں صرف ارادہ پر ایک نیکی لکھوں گا اور اگر اس نے وہ نیک عمل کربھی لیا تو اسے دس نیکیوں کے برابر لکھوں گا۔ اور جو شخص کسی برائی کا ارادہ کرے اور پھر اسکو نہ کرے تو بھی اسکے لئے ایک نیکی لکھ دوں گا اور اگر اس نے وہ برائی کرلی تو اسکے نتیجے میں ایک ہی بدی لکھوں گا۔ نبی صلی اللہ علیہ وسلم اللہ سے ہمکلامی کے بعد آسمانوں سے واپس زمین پر تشریف لائے جب اپنے بستر پر پہنچے تو وہ اسی طرح گرم تھا جیسے چھوڑ کر گئے تھے یعنی معراج کا اتنا عجیب وطویل واقعہ اور سفر صرف ایک لمحہ میں پورا ہوگیا گویا اللہ نے اس دوران کائنات کے وقت کی رفتار کو روک دیا جسکے باعث یہ معجزہ نہایت تھوڑے وقت میں پورا ہوگیا۔

فرض نمازوں کا طریقہ اور اوقات کا تعین

معراج سے پہلے نبی صلی اللہ علیہ وسلم صبح وشام دو دو رکعت نماز ادا کرتے تھے اور رات میں قیام کرتے تھے آپ ﷺ کو پانچ فرض نمازوں کی کیفیت معلوم نہ تھی معراج کی رات کے بعد جب صبح ہوئی اور سورج ڈھل گیا تو جبرائیل علیہ السلام تشریف لائے انھوں نے امامت کرکے نبی صلی اللہ علیہ وسلم کو نماز پڑھائی تاکہ آپ ﷺ کو نمازوں کے اوقات اور کیفیت معلوم ہوجائے۔۔۔ جبرائیل علیہ السلام کی آمد پر نبی صلی اللہ علیہ وسلم نے مسلمانوں کو جمع فرمایا۔۔ چنانچہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے جبرائیل کی امامت میں نماز ادا کی اور صحابہ کرام رضی اللہ عنھم نے آپ ﷺ کی امامت میں نماز ادا کی یہ ظہر کی نماز تھی یہ پہلی نماز تھی جسکی کیفیت ظاہر کی گئی اسی طرح ہر نماز کے وقت میں اس نماز کی کیفیت ظاہر کی گئی کہ کس نماز کی کتنی رکعتیں ہیں اور کس میں قرآن آواز سے پڑھنا ہے، کس میں نہیں۔ پہلے دن جبرائیل نے نمازیں انکے اول وقت میں پڑھائیں اور دوسرے دن آخری وقت میں تاکہ معلوم ہوجائے کہ کس نماز کا وقت کہاں سے کہاں تک ہے۔ لہذا اس طرح پانچ نمازیں فرض ہوئیں اور انکا طریقہ بھی آسمان سے نازل ہوا۔۔۔ آج بعض گمراہ لوگ کہتے ہیں کہ نماز کا کوئی طریقہ قرآن سے ثابت نہیں لہذا نماز کسی بھی طریقہ سے پڑھی جاسکتی ہے ہم حدیث کو نہیں صرف قرآن کو مانتے ہیں، بعض منکرین حدیث کہتے ہیں کہ نمازیں صرف تین ہی فرض ہیں۔۔ یاد رکھیں کہ ایسے لوگ سخت گمراہ ہیں ان سے خود بھی بچیں اور دوسروں کو بھی بچائیں۔ یاد رکھیں کہ نماز کا طریقہ بھی آسمان ہی سے نازل ہوا اور ہمیں نمازیں اسی طرح پڑھنی ہونگی جس طرح نبی صلی اللہ علیہ وسلم اور صحابہ کرام پڑھتے رہے۔ قرآن میں بھی پانچ نمازوں کا ذکر ہے اور احادیث میں بھی لہذا کسی مسلمان کیلئے انکار کی گنجائش نہیں۔۔۔ معراج کے واقعہ میں نبی صلی اللہ علیہ وسلم کا آسمانوں پر جانا، اس بات کو ثابت کرتا ہے کہ آسمان حقیقت میں موجود ہیں۔ بعض گمراہ لوگ کہتے ہیں کہ آسمان کا کوئی وجود نہیں بلکہ یہ کائنات کا ایک عظیم خلا ہے انسانی نگاہ جہاں جاکر رک جاتی ہے وہاں خلا کی مختلف روشنیوں کے پیچھے ایک نیلگوں حد نظر آتی ہے جسکو آسمان کہا جاتا ہے۔ لیکن اسلامی تعلیمات نے ہمیں بتایا کہ آسمان موجود ہیں اور اسی ترتیب سے موجود ہیں جو قرآن وحدیث نے بتائی ہے۔ بعض قرآنی آیات میں ساتوں آسمانوں کا ذکر ہے جن سے معلوم ہوتا ہے کہ آسمان ایک اٹل حقیقت ہیں نہ کہ نظر کا دھوکہ اللہ پاک بہترین ہدایت دینے والا ہے۔ جزاک اللہ خیرا۔

معراج کی رات دیدار باری تعالیٰ

حدیث شریف حضرت عکرمہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما نے فرمایا۔ حضور ﷺ نے اپنے رب کو دیکھا۔ حضرت عکرمہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ میں نے کہا، کیا اللہ تعالیٰ نے نہیں فرمایا "لا تدرکہ الابصار وھو یدرک الابصار" حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما نے فرمایا۔ تم پر افسوس ہے۔ یہ تو اس وقت ہے جب وہ اپنے ذاتی نور سے جلوہ گر ہو۔ رسول پاک ﷺ نے اپنے رب جل جلالہ کو دو مرتبہ دیکھا (ترمذی، جلد دوم، ابواب تفسیر القرآن، حدیث 1205، ص 518، مطبوعہ فرید بک لاہور)

حدیث شریف حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہما سے ارشاد باری تعالیٰ "ولقد راہ نزلۃ اخریٰ" کے بارے میں روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے اللہ تعالیٰ کا دیدار کیا ہے۔ یہ حدیث حسن ہے۔ (ترمذی جلد دوم، ابواب تفسیر القرآن، حدیث 1206، ص 519، مطبوعہ فرید بک اسٹال لاہور)

حدیث شریف حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرور کائنات ﷺ فرماتے ہیں کہ میں نے اپنے رب کریم کو دیکھا (بحوالہ: مسند احمد از کتاب دیدار الٰہی)

اس حدیث کے بارے میں امام سیوطی علیہ الرحمہ خصائص کبریٰ اور علامہ عبدالرؤف مناوی علیہ الرحمہ شرح جامع صغیر میں فرماتے ہیں کہ یہ حدیث صحیح ہے۔

حدیث شریف حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرور کونین ﷺ فرماتے ہیں کہ بے شک اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰ علیہ السلام کو دولت کلام بخشی اور مجھے اپنا دیدار عطا فرمایا۔ مجھ کو شفاعت کبریٰ و حوض کوثر سے فضیلت بخشی (ابن عساکر)

اسلامی عقیدہ حضور ﷺ کے خصائص سے معراج ہے کہ مسجد حرام سے مسجد اقصیٰ تک اور وہاں سے ساتوں آسمان اور کرسی و عرش تک بلکہ بالائی عرش رات کے ایک خفیف حصہ میں مع جسم شریف کے تشریف لے گئے اور وہ قرب خاص حاصل ہوا کہ کسی بشر و ملک کو کبھی نہ حاصل ہوا، نہ ہوگا اور جمال الٰہی اپنی سر کی آنکھوں سے دیکھا اور کلام الٰہی بلاواسطہ سنا اور تمام ملکوت السمٰوٰت والارض کو بالتفصیل ذرہ ذرہ ملاحظہ فرمایا (بہار شریعت، حصہ اول)

شب معراج اور ستائیس رجب کی فضیلت

شب معراج کو اللہ تعالیٰ کے محبوب ﷺ سے نسبت ہے۔ اس لئے اس رات اور اس دن کی بڑی فضیلتیں ہیں۔ عبادت و ریاضت ہر رات میں باعث ثواب ہے مگر متبرک اور مقدس راتوں میں عبادات کی فضیلت نہایت مختلف ہے۔ حدیث شریف: حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ سرور کائنات ﷺ نے ارشاد فرمایا۔ رجب کی ستائیسویں رات میں عبادت کرنے والوں کو سو سال کی عبادت کا ثواب ملتا ہے (بحوالہ: احیاء العلوم، مصنف: امام غزالی علیہ الرحمہ، جلد اول، ص 546، مطبوعہ مکتبہ رحمانیہ اردو بازار لاہور) روایت: امام بیہقی علیہ الرحمہ نے شعب الایمان میں لکھا ہے کہ ماہ رجب میں ایک دن اور ایک رات بہت ہی افضل اور برتر ہے جس نے اس دن روزہ رکھا اور اس رات عبادت کی تو گویا اس نے سو سال کے روزے رکھے اور سو سال تک عبادت کی۔ یہ افضل رات رجب شریف کی ستائیسویں شب ہے (بحوالہ: ماثبت من السنہ، مصنف: شاہ عبدالحق محدث دہلوی علیہ الرحمہ، ص 171) اللہ تعالیٰ ہم تمام مسلمانوں کو حق پہ چلنے اور اعمال صالح کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔

27 رجب المرجب کے روزے کی فضیلت

حضرت سلمان فارسیؓ سے روایت ہے کہ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: تحقیق رجب میں ایک دن ہے اور ایک رات جو شخص روزہ رکھے اس دن کا اور قیام کرے اس رات کا، اسے اس شخص کی مانند ثواب ملے گا جو سو برس روزے رکھے اور سو برس راتوں میں قیام کرے۔ پس وہ رات ستائیسوں اور دن ستائیسواں ہے۔ اور یہ وہ دن ہے جس میں ہمارے نبی کریم ﷺ بنائے گئے۔ (غنیۃ الطالبین 322 ترتیب شریف صفحہ 781)۔

کھانے کے بعد قل شریف پڑھنے کا ثواب

حضرت علامہ صفویؒ نے نقل کیا ہے کہ حضرت ابوبکرؓ روایت کرتے ہیں کہ حضرت محمد ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص کھانا کھانے سے فارغ ہونے کے بعد قُلْ ھُوَ اللّٰہُ اَحَدٌ (سورۃ اخلاص) ایک بار پڑھے گا تو اللہ تعالیٰ جنت میں اس کے لیے سرخ یاقوت کا ایک شہر تیار کرے گا اور اس کے ہر لقمہ پر دس نیکیاں لکھے گا۔ (نزہت المجالس)

ڈاکوؤں کو اندھا کرنیوالا وظیفہ

حضرت صاحب میں نے "الشافیہ" پڑھنا شروع کیا اور وہ رسالہ کون سے مہینے کا تھا وہ تو یاد نہیں، میں نے اس سے حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ (توبہ 129) کے فوائد پڑھے اور دو تین لوگوں نے اپنے واقعات لکھے ہوئے تھے کہ اس آیت کی برکت سے ہماری جان اور عزت کس طرح بچی میں بھی ایک مختصر سا واقعہ لکھتی ہوں۔ یہ واقعہ مجھے پچھلے دنوں پیش آیا اللہ کا شکر ہے کہ ہم لوگ بچپن ہی سے نماز کے عادی ہیں میرے پانچ بچے ہیں ان دنوں میرے خاوند بیرون ملک گئے ہوئے تھے۔ رات تقریباً ایک بجے کا ٹائم تھا میں، میری ساس اور بچے برآمدے میں سوئے ہوئے تھے مجھے نیند نہ آئے، بار بار میری آنکھ کھلے، میں نے تقریباً پندرہ بیس دفعہ آیۃ الکرسی پڑھی اس کے بعد مجھے نیند آگئی، اتنے میں کسی نے زور سے میرا بازو پکڑا جب میری آنکھ کھلی تو سامنے تین آدمی کھڑے تھے، ایک تو بہت ہی قد آور اور دو اس کے ساتھ درمیانی عمر کے کھڑے تھے ایک دم میرے منہ سے یہ آواز نکلی، اے اللہ! مجھے تو ہی کافی ہے، کہاں تین مرد اور کہاں میں اکیلی عورت۔

اس آدمی نے میرے منہ پر چادر رکھی، میرے کندھے پر بندوق رکھی اور مجھے کہا اندر چلو، کمرے تک جاتے جاتے میں نے تقریباً بیس، پچیس دفعہ حسبی اللہ کا ورد کر لیا تھا۔ مجھے لگتا ہے اس رات فرشتوں نے میری مدد کی اور میرے دل میں ذرا بھی خوف پیدا نہیں ہوا اور تسلی کے ساتھ میں نے انہیں ہر بات کا جواب دیا، انہوں نے مجھ سے الماری کی چابیاں لیں میں نے خود اپنے ہاتھوں سے الماری کھولی، زیور اور رقم الماری میں سامنے پڑے ہوئے تھے، میں نے خود دیکھے لیکن انہیں نظر نہیں آرہے تھے، یہ سب کیسے بچا؟ یہ خدا ہی بہتر جانتا ہے۔ انہوں نے بہت زور لگایا تمہارے پاس زیور ہے، پیسے ہیں اگر نہ دیا تو بچوں کو ماردیں گے۔ میں نے آگے سے جواب دیا اگر بچوں کی موت آج لکھی ہوئی ہے تو مجھے کوئی ڈر نہیں، میرے اس جواب پر وہ آدمی چونکا اور بہت ہی ڈھیلا پڑ گیا۔ سب سے بڑی بات ہے کہ جان اور عزت اللہ تعالیٰ نے بچا دی۔

جب وہ ڈاکو ہمارے گھر سے گئے تو کہنے لگے کہ ہم آپ کے گھر آنا نہیں چاہتے تھے ہمیں زبردستی بھیجا گیا ہے بات دراصل یہ تھی جو ہمیں یہ بتانا چاہتے تھے کہ آپ کہتے ہیں کہ شوہر اللہ کی راہ میں ہو تو فرشتے اس کی حفاظت کرتے ہیں۔ ہم دیکھتے ہیں کہ فرشتے کیسے گھر کی حفاظت کرتے ہیں؟ تو میں نے دل میں کہا کہ سارا کچھ سامنے پڑا ہوا آپ کو اللہ نے اندھا کر دیا، فرشتے ایسے حفاظت کرتے ہیں۔ کچھ ہی عرصے بعد وہ لوگ پکڑے گئے انہیں اور انہیں بھیجنے والوں کو اللہ تعالیٰ نے اتنا ذلیل کیا کہ ہم سوچ بھی نہیں سکتے تھے۔ اللہ تعالیٰ نے خود ہی ہماری مدد کی اور ہمیں ایسے ایسے لوگ ملے اور انہوں نے ہماری مدد کی جس کے بارے میں ہم سوچ بھی نہ سکتے تھے کہ یہ لوگ بھی ہماری مدد کریں گے اب وہ جیل میں تین وہ ذلیل ہو رہے ہیں، اللہ تعالیٰ کی ذات بہت بڑی ہے جب اس کی ذات پر انسان مکمل بھروسہ کرلے تو دنیا کی کوئی طاقت اسے نقصان نہیں پہنچا سکتی۔ اس واقعہ کے بعد پابندی سے اعمال کرتی ہوں اور ہر مہینے "الشافیہ" باقاعدگی سے پڑھتی ہوں۔ کنول۔ شجاع آباد۔

نفیسہ بی بی کا گھر خوشیوں سے بھر گیا

میں طارق کی امی کے ساتھ آئی تھی میرے شوہر کے غیر عورتوں کے ساتھ تعلقات تھے۔ اب وہ تعلقات ختم ہو گئے ہیں۔ الشافیہ سے میں نے ایک تسبیح پڑھنے کو لی تھی۔ اس تسبیح کے پڑھنے سے میرا گھر خوشیوں سے بھر گیا اب وہ تسبیح دوبارہ شروع کی تو میں اب عمرہ کرنے جارہی ہوں۔ میں اس تسبیح کو ہر رات 110 دفعہ پڑھتی تھی اب یہی تسبیح مجھے عمرے پر لے جارہی ہے۔ میری فلائٹ اتوار کو ہے۔ شکریہ الشافیہ آپ کا۔ تسبیح یہ ہے۔ حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَ ھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ۝

ہر پریشانی سے بچنے کا وظیفہ

70 دفعہ۔ صبح۔ شام حَسْبِیَ اللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ عَلَیْہِ تَوَکَّلْتُ وَ ھُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِیْمِ ۝ اول و آخر 7 مرتبہ درود پاک پڑھیں اور ساری زندگی پرسکون رہیں۔

(اجازت عام ہے)

خانقاہ شافیہ سے شفا پانے والے

نگاہ ولی میں وہ تاثیر دیکھی بدلتی ہزاروں کی تقدیر دیکھی

اللہ اللہ کئے جانے سے نہ جانے کب اللہ ملے یہ اللہ والے ہیں جو اللہ سے ملا دیتے ہیں

السلام علیکم! شکر ہے اس پاک ذات کا، الحمد اللہ کہ میرے مرشد عظیم کے توسل سے ان کی نگاہ کرم سے مجھے یہ موقع ملا کہ میں بتا سکوں کہ مجھے دار الشفاء سے کیا ملا۔ بندی ناچیز لکھنے کا ہنر نہیں جانتی اس لیے۔ بے ربط، بے ترتیب الفاظ قلمبند کرنے کی جسارت کر رہی ہوں۔ 15 سال کے طویل عرصہ پہلے ایک فریبی ولالچی عامل کو نیک سمجھ کر دَم کروانے کی غلطی کر بیٹھی جسکی سزا ایسی کاٹی کہ پھر نہ کوئی عامل ایسا ملا۔ نہ کوئی در ایسا ملا نہ کوئی بشر ایسا ملا جس سے مجھے شفاء ملے جو میری تکالیف کا مداوا کرے جناتی دوروں کا ایسا شکار ہوئی کہ ہفتوں ہفتوں، مہینوں مہینوں جنوں کا غلبہ رہتا، زندگی اجیرن ہوگئی، ذکر الٰہی زبان سے ختم ہونے لگا مایوسی نے ہر طرف سے لپیٹ لیا کوئی بندہ بشر ایسا نہ ملا جو کالے علم کی کاٹ کر لے، جو عامل کے بھیجے ہوئے جنات سے مجھے نجات دلائے۔ 27-7-2015 کا دن تھا جب میں اپنی تین بیٹیوں کے ہمراہ دار الشفاء لائی گئی، اس عظیم، لجپال، کریم، سوہنڑے مرشد، شاناں والے حضرت اعلیٰ کی شان بیان کرنے سے پہلے یہ کہنا چاہوں گی کہ لفظوں کا بھی فن نہیں آپکی تعریف کا بھی: لفظ تو خود محتاج ہیں آپکی تعریف کے۔ میرے سرکار، میرے لجپال میرے حسین سائیں، میرے مرشد کریم کی نظر کرم تھی۔ بندی ناچیز پر عنایت تھی کہ مجھے ان بلیات سے غیر انسانی مخلوق سے چھٹکارہ دلایا۔ مجھ پر کرم ایسا ہوا کہ نا صرف مجھے اور میری بیٹیوں کو جنات سے نجات ملی بلکہ شافی لجپال کی عالی شان نسبت بھی عطا ہوئی، ہدایت ملی، نماز میں باقاعدگی ملی اور ایسی زبان عطا ہوئی جس سے ذکر الٰہیٰ و مصطفیٰ ﷺ ہو۔ تو پھر میں کیوں نہ کہوں کہ: کیوں نہ ہوں نازاں اپنی قسمت پر نسیم، ہوں تو نکمی مگر نسبت شافی لجپال سے ہے۔ الحمد اللہ میرے مرشد عظیم کی کرم نوازی سے میں آج اپنی بچیوں سمیت اپنے گھروں میں خوش ہیں۔ مرشد کریم کے در پر نہ آئی ہوتی تو در بدر رُلتی پھرتی۔ یہ تو کرم ہے لجپال کا کہ مجھے در در دُر دُر ہونے سے بچایا دل سے دعا ہے کہ اللہ پاک میرے مرشد کریم کا سایہ ہم سب پر قائم رکھے اور سلسلہ عالیہ شافیہ کا روحانی فیض تا قیامت یونہی بنتا رہے۔

آنٹی نسیم۔ ملتان۔

السلام وعلیکم: شکر الحمد اللہ، مرشد پاک کی خاص نگاہ کرم سے مجھے یہ سعادت حاصل ہوئی کہ میں بتا سکوں کے مجھے سلسلہ عالیہ شافیہ سے کیا ملا اور میں نے خانقاہ دار الشفاء سے کیا پایا میں 14 سال سے زندگی اور موت کی لڑائی لڑ رہی تھی میں نے نہ کوئی ڈاکٹر چھوڑا اور نہ کوئی ڈبہ پیر چھوڑا اور بہت ساری لیباٹری میں ٹیسٹ بھی کروائے ہیں لیکن کسی کو بھی میری بیماری سمجھ میں نہیں آئی ڈاکٹروں نے مجھے کینسر کی بیماری بتادی اور مجھے کہہ دیا کہ یہ لاعلاج بیماری ہے میرے گھر والے بہت پریشان تھے کبھی مجھے کہیں لے کر جاتے اور کبھی کہیں۔ پھر ایک دن اسلامی بھائی عابد جو کہ حضرت بابا الیاس قادری کے مرید ہیں۔ انہوں نے ہمیں بتایا کہ 6 نمبر ٹیلی فون ایکسچینج کے سامنے خانقاہ دار الشفاء حضرت صاحب کے پاس جاو۔ وہاں سے تمہیں ضرور شفاء ملے گی اور وہ سلسلہ عالیہ شافیہ ہے۔ جب میں حضرت صاحب کے پاس آئی اس وقت میری حالت بہت خراب تھی جب سرکار نے میری یہ حالت دیکھی پہلے مجھے پانی پڑھ کر دیا اور پھر مجھے دم کیا اور پھر سرکار نے مجھے یا حی یا قیوم کا وظیفہ پڑھنے کو دیا۔ پھر اس کریم لجپال کا کرم دیکھو میں جیسے جیسے یا حی یا قیوم کا ذکر کرتی رہی اسی طرح میری بیماری کم ہوتی گئی۔ پھر مرشد کریم، میرے مرشد لجپال میرے پیر دکامل، میرے سرکار کا، میرے ساقی کا اور میرے مرشد پاک کی کرم نوازی سے اور ان کے کرم سے آج میں زندہ اور ٹھیک ہوں کوئی مجھے یہ نہیں کہتا تھا کہ تو ٹھیک ہو جائے گی لیکن مجھ بیمار کو نئی زندگی سرکار کے کرم سے ملی ہے۔ میں اس قابل نہ تھی اور نہ ہی ہوں۔ یہ سب میرے مرشد پاک کا کرم ہے۔ میں کیا بتاؤں میں کیا تھی اور سرکار نے مجھے کیا بنا دیا۔ جتنا دیا سرکار نے مجھ کو اتنی میری اوقات نہیں۔ یہ تو کرم ہے ان کا ورنہ مجھ میں تو ایسی بات نہیں۔

1۔ اللہ پاک میرے مرشد کریم کو برکت والی لمبی زندگی عطا فرمائے۔ اور میرے مرشد پاک کو اور زیادہ حضور اکرم ﷺ کا قرب اور زیارت نصیب فرمائے۔ اور میرے مرشد کریم کو اور بھی زیادہ دین سکھانے اور دین پھیلانے کی توفیق عطا فرمائے۔ میرے مرشد پاک کے اہل وعیال کو بھی برکت والی لمبی زندگی عطا فرمانا۔ اللہ تعالیٰ خانقاہ دار الشفاء کو قیامت تک آباد رکھے اور اسی طرح اپنی رحمت کی بارشیں برساتا رہے۔ آمین، ثم آمین۔ زہرہ شافی

مجھے وضو کروا مُرشد

شریعت میں پانی سے، طریقت میں آنسوؤں سے، حقیقت میں شوق اور معرفت میں عشق سے وضوٗ ہوتا ہے۔ شریعت میں وضوٗ ایک دروازہ ہے جو ناپاک کو پاک کرتا ہے، طریقت میں وضوٗ یادِ محبوب اور حقیقت میں وصل محبوب ہے۔ معرفت میں خود عشق بن کر درجہ محبوب بن جاتا ہے۔ جب تک شوق کے وضوٗ تک انسان نہ پہنچے اُسے نماز عشق نہیں ملتی، نماز عشق وصل محبوب ہے اور کچھ نہیں۔ وضوٗ کی اصل حقیقت نماز میں ہے اور وصل کی نماز ہی بحضور القلب ہوتی ہے اور کوئی نہیں۔ وضوٗ کی ابتداء شریعت ہے اور انتہاء درجہ محبوبیت کا ملنا، شریعت میں وضوٗ بار بار کرنا پڑتا ہے، طریقت کا وضوٗ دیدار سے شروع ہوتا ہے اور وصل تک رہتا ہے، وصل کا وضوٗ عشق بناتا ہے قیامت تک رہتا ہے اور ماسوائے اللہ سب جلا دیتا ہے یہی مقام وحدانیت ہے جو کہ بندے کا جسم راکھ بنا کر اُڑا دیتا ہے اور پھر نور کا نزول ہو کر جسم سے وجود میں تبدیل ہو کر زمین پر موجود رہتا ہے، یعنی اللہ بندے اور اسکے قلب کے درمیان شان قربت خاصہ سے حائل رہتا ہے۔۔ وضو کے ستائیس درجات ہیں، شریعت میں چھ، طریقت میں بارہ، حقیقت میں نوٗ اور معرفت انہیں وضوٗ کے ستائیس درجات کے باطن کے علوم میں ہے۔ شریعت میں وضوٗ کے چھ درجات کا تعلق ظاہر کی پاکیزگی سے۔ طریقت میں وضوٗ کے بارہ درجات کا انسان کے باطن اور اندرونی مخلوقات سے اور حقیقت میں وضوٗ کے نوٗ درجات حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی نوٗ مقامات پر لگنے والی کچہریوں سے ہے۔ کامل مرشد اپنی نگاہ سے پہلے دن ہی شوق کا وضوٗ عطا فرماتا ہے اور عشق کی سیڑھی پر کھڑا کر دیتا ہے۔ اگر آپکے اندر جستجو پیدا نہیں ہوئی تو آپ فیضیاب نہیں ہوئے، صاحب دعا وہی ہے جو آپکو صاحب دعا بنا دے، صاحب نگاہ جب نگاہ کر دیتا وہ عشق عطا فرما دیتا ہے۔ سارا سفر اور وقت صاحب نگاہ تک پہنچنے اور اسکی رضا حاصل کرنے ہی میں لگتا ہے۔ اللہ کریم ہم سب کو اپنے عشق میں گرفتار فرمالے اور اپنے محبوب حضرت محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی زیارت کے وضوٗ سے فیضیاب فرمادے، ہم سب کو آسانیاں عطا فرمائے اور آسانیاں تقسیم کرنے کا ہنر سکھ دے۔ آمین ثم آمین

دم والا پانی۔۔۔شفاء یا وباء

نیوٹن ایک غیر مسلم سائنسدان تھا جب اس نے سیب کو درخت سے زمین پر گرتے دیکھا تو اس نے غور کیا کہ یہ سیب جب درخت کی شاخ سے گرا تو زمین کی طرف ہی کیوں گیا اوپر کی جانب کیوں نہ گیا یا پھر ہوا میں معلق کیوں نہ رہا۔۔۔وہ غور کرتا رہا اور آخر کار وہ اس نتیجے پر پہنچا کہ زمین میں کوئی مقناطیسی صلاحیت ہے جس نے سیب کو اپنی جانب کھینچا ہے جسکی وجہ سے سیب نیچے زمین کی طرف آیا اور اس نے کشش ثقل کا قانون دریافت کرلیا۔۔۔اب سوال ہے کہ یہ مقناطیسی صلاحیت نیوٹن نے دیکھی ہوئی تھی؟ یا اسکو محسوس کیا تھا؟ یا اس کے بارے میں کہیں پڑھا ہوا تھا؟؟ یا یہ مقناطیسی صلاحیت ظاہر تھی جسے وہ اپنی آنکھوں سے دیکھ رہا تھا کیا اس کے شعور کو پہلے سے ادراک تھا اس زمینی قوت کا؟؟

اب اگر تو مولویانہ ذہن ہوا تو ضد پکڑ لیگا اور انکار کردے گا کہ کشش ثقل نام کی کوئی چیز ہی نہیں ہے۔۔اور اگر واقعی دین کا عالم ہوگا تو قرانی علم پر عمل کریگا اور اپنی اصلاح کریگا۔۔۔۔

اللہ قرآن میں جا بجا حکم دیتا ہے غور کرو۔ تم غور کیوں نہیں کرتے؟ تفکر کی دعوت دینے والی آیات 750 ہیں غالباً جو بھی تفکر اختیار کرتا ہے غور وفکر کرتا ہے اس پر کائنات کے راز منکشف ہونا شروع ہوجاتے ہیں چاہے وہ مسلمان ہو یا غیر مسلم۔۔ کبھی کسی مولوی یا پیر نے کہا کہ تحقیق کے متعلق آیات حکم نماز والی آیات سے بھی زیادہ ہیں۔ جن آیات میں کہا جاتا ہے کہ غیب کا علم توصرف اللہ کے پاس ہے۔۔ان کا مفہوم یہ ہے کہ کل کائنات میں کیا کیا غائب ہے صرف اللہ جانتا ہے۔۔۔۔ یہ نہیں کہا گیا کہ تم غیب دریافت نہیں کرسکتے یا غیب منکشف نہیں کرسکتے۔۔۔ نیوٹن یا سائنسدان، سائنس بھی نہیں جانتی کیا کیا غائب ہے مگر جب وہ غور وفکر کرتے ہیں تو کوئی نہ کوئی غیب ان پر منکشف ہوجاتا ہے پھر وہ غائب نہیں رہتا۔۔۔اور کائنات کی تسخیر کرنے کا حکم بھی قرانی حکم ہے۔۔

آج جدید سائنسی ایجادات اسی تفکر کا نتیجہ ہیں۔۔جبکہ ہمارے مولوی اور ڈبہ پیروں کے لیے ابھی تک سب کچھ غیب ہے۔۔۔۔غیب کیوں نہ ہو کبھی غور کرینگے تو غائب کو منکشف کر پائیں گے۔۔۔جبکہ یہاں غور صرف اس بات پر ہوتا ہے کہ کونسی قرانی آیت یا حدیث کے مطابق دوسرے مسلمان کو بدعتی مشرک یا کافر ثابت کیا جائے۔۔۔ہم قرآن سے جینا نہیں صرف مرنا مارنا سیکھتے ہیں کیونکہ ہماری سوچ ہی ایسی بنادی گئی ہے۔ اگر پانی پر قرآن پڑھ کر پھونک ماردی گئی تو بدعت یا کفر کا فتوی فوراً لگ گیا مگر کبھی غور وفکر نہیں کیا تحقیق نہیں کی کہ آخر پھونک مارنے سے کیا ہوتا ہے پانی میں کونسی اچھی یا بری تبدیلیاں آتی ہیں صرف فتوی۔ انتہائی ندامت اور شرمندگی کا مقام ہے کہ جو تحقیق کرکے دنیا کو ہم نے بتانی تھی آج غیر مسلم ہمیں بتا رہا ہے کہ زم زم کی افادیت کیا ہے، پانی پر اگر قرآن پڑھا جائے تو اس پانی کی تاثیر پر کیا فرق پڑتا ہے اور وہ ہماری بیماریوں کو کیسے دور کرنے کیلئے مفید ثابت ہوتا ہے۔

پانی کا اپنا نہ کوئی رنگ ہے نہ بو اور نہ ہی کوئی ٹھوس ماہیت۔ بلکہ پانی ہر چیز کے اثرات کو اپنے اندر جذب کرلیتا ہے اور جس چیز میں ڈالو وہی ماہیت اختیار کرلیتا ہے۔ایک جاپانی سائنس دان Dr. Masaru Emoto نے پانی پر مختلف تجربے کیے جس کا احوال ان کی کتاب The hidden message in water میں بیان کیا گیا ہے، جس کا اردو ترجمہ محمد علی سید نے اپنی کتاب ''پانی کے عجائبات'' میں بڑے دلچسپ انداز میں کیا ہے، جسے پڑھ کر ہمیں شکر اور ناشکری کے الفاظ کے حیران کن اثرات کا اندازہ ہوتا ہے۔ اس جاپانی سائنس دان نے پانی کو اپنی لیبارٹری میں برف کے ذرات یعنی کرسٹلز کی شکل میں جمانے کا کام شروع کیا۔ اس مقصد کے لیے اس نے ڈسٹلڈ واٹر، نلکے کے پانی اور دریا اور جھیل کے پانیوں کے نمونے لیے اور انھیں برف کے ذرات یعنی Crystals کی شکل میں جمایا۔ اس تجربے سے اسے معلوم ہوا کہ پانی، اگر بالکل خالص ہو تو اس کے کرسٹل بہت خوبصورت بنتے ہیں لیکن اگر خالص نہ ہو تو کرسٹل سرے سے بنتے ہی نہیں یا بہت بدشکل بنتے ہیں۔ اس نے دیکھا کہ ڈسٹلڈ واٹر سے (جو انجکشن میں استعمال ہوتا ہے) خوبصورت کرسٹل بنے، صاف پانی والی جھیل کے پانی سے بھی کرسٹل بنے لیکن نلکے کے پانی سے کرسٹل بالکل ہی نہیں بنے کیوں کہ اس میں کلورین اور دوسرے جراثیم کش اجزا شامل تھے۔ اس نے ایک اور تجربہ یہ کیا کہ ایک ہی پانی کو مختلف بوتلوں میں جمع کیا اور ہر بوتل کے سامنے مختلف قسم کی موسیقی بجائی. موسیقی کی ہر قسم سے کرسٹلز کی ایک نئی شکل بنتی گئی. مطلب پانی ہر موسیقی کا مختلف اثر لیتا گیا.

اس کے بعد اس نے ایک اور تجربہ کیا جس کے نتائج حیران کردینے والے تھے۔ اس نے شیشے کی سفید بوتلوں میں مختلف اقسام کے پانیوں کے نمونے جمع کیے۔ ڈسٹلڈ واٹر والی بوتل پر اس نے لکھا "You Fool" اور نلکے کے پانی والی بوتل پر لکھا "Thank You" یعنی خالص پانی کو حقارت آمیز جملے سے مخاطب کیا اور نلکے کے پانی کو شکر گزاری کے الفاظ سے اور ان دو بوتلوں کو لیبارٹری میں مختلف مقامات پر رکھ دیا۔ لیبارٹری کے تمام ملازمین سے کہا گیا جب اس بوتل کے پاس سے گزرو تو You Fool والی بوتل کے پانی کو دیکھ کر کہو "You Fool" اور "Thank You" والی بوتل کے پاس ٹھہر کر سینے پر ہاتھ رکھ کر جھک جاؤ اور بڑی شکر گزاری کے ساتھ اس سے کہو "Thank You"۔ یہ عمل 25 دن جاری رہا۔ 25 ویں دن دونوں بوتلوں کے پانیوں کو برف بنانے کے عمل سے گزارا گیا۔ نتائج حیران کن تھے۔ ڈسٹلڈ واٹر سے (جو خالص پانی تھا اور اس سے پہلے اسی پانی سے بہت خوبصورت کرسٹل بنے تھے) کرسٹل تو بن گئے لیکن انتہائی بدشکل۔ ڈاکٹر اموٹو کے کہنے کے مطابق یہ کرسٹل اس پانی کے کرسٹل سے ملتے جلتے تھے جن پر ایک مرتبہ انھوں نے "SATAN" یعنی شیطان لکھ کر رکھ دیا تھا۔ نلکے والا پانی جس سے پہلے کرسٹل نہیں بنے تھے، اس مرتبہ اس پر ''تھینک یو'' لکھا ہوا تھا اور کئی لوگ 25 دن تک اس پانی کو دیکھ کر ''تھینک یو'' کہتے رہے تھے، اس پانی سے بہترین اور خوب صورت کرسٹل بن گئے تھے۔

اس کا واضح مطلب یہ تھا کہ پانی باتوں کا بھی اثر لیتا ہے اور ویسی ہی ماہیت اپنا لیتا ہے۔ اچھی باتوں سے اچھی ماہیت اور بری باتوں سے بری۔ Thank you اور you fool والا تجربہ کھانے کی چیزوں کے ساتھ بھی کیا گیا، ایک کیک کے دو پیس کاٹے گئے اور ایک کو Thank you کہا گیا اور دوسرے کو You fool۔ ایک بار پھر نتیجہ یہ نکلا کہ برے الفاظ والا کیک پیس اپنے نارمل وقت سے بھی بہت پہلے خراب ہوگیا جبکہ اچھے الفاظ والا کیک پیس اپنے نارمل وقت سے کافی زیادہ وقت تک تازہ اور ذائقہ دار رہا۔ مطلب کھانے پینے کی ہر چیز الفاظ اور سوچ کا اثر لیتی ہے۔ ان تجربات سے ہمیں یہ بات سمجھ آئی کہ جب ہم پانی پر بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھتے ہیں تو اس میں کس طرح برکت پیدا ہوتی ہے کھانے پینے کی چیزوں پر سورت فاتحہ یا کوئی بھی کلام پاک پڑھتے ہیں تو پانی کی ماہیت کس طرح تبدیل ہوکر پینے والے کو شفاء دیتی ہے۔ جب ہم روٹی کے ہر لقمے پر اللہ کا نام یا واجد پڑھ کر کھاتے ہیں تو وہ کس طرح ہمارے اندر نور پیدا کرتا ہے۔ سبحان اللہ

لیکن یہاں ایک اور تجربہ بھی سامنے آتا ہے کہ ہم کھانے پینے کی اشیاء سامنے رکھ کر جو جو بولتے ہیں اور جو جو سوچتے ہیں ہمارے کھانے اس کا بھی اثر لیتے ہیں. منفی سوچ اور منفی باتوں کا برا اثر اور اچھی باتوں کا اچھا اثر. کھانے کے دوران لوگوں کی غیبت کریں گے تو کھانا برا اثر لے کر ہمارے پیٹ میں جائے گا، اگر ٹی وی ڈرامے یا فلمیں دیکھتے ہوئے کھانا کھائیں گے تو وہ کھانا ہمارے پیٹ میں جاکر بھی ویسا ہی اثر دکھائے گا۔ اسی طرح جب پانی پر کچھ قرآنی آیات پڑھ کر دم کیا جاتا ہے تو پانی اُن الہامی الفاظ کا اثر لیتا ہے اور جب وہ پانی مریض پیتا ہے تو یہ تاثیر اسکے بدن میں منتقل ہوجاتی ہے جو بدنی اور روحانی بیماریوں کیلئے شفاء بن جاتی ہے اور قرآن کی حقانیت ثابت ہوجاتی ہے۔

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ وَلَا يَزِيْدُ الظّٰلِمِيْنَ اِلَّا خَسَارًا

ہم نے قرآن نازل کیا ہے اس میں مومنوں کے لئے شفاء اور رحمت ہے۔ اور یہ ظالموں کے خسارے ہی میں اضافہ کرتا ہے۔ (سورۃ بنی اسرائیل آیت ۸۲)

سورہ رحمٰن اور پانی

بیماری میں سورۃ رحمٰن کی ہر آیت سننے کے ساتھ جسم کے اندر ایک حرارت پیدا ہوتی ہے اور جب سورہ رحمٰن کی تلاوت سننے کے بعد بیمار آدھا گلاس پانی پیتا ہے تو وہ اس طرح محسوس کرتا ہے جس طرح انگاروں کے اوپر پانی ڈالا جاتا ہے۔ میڈیکل سائنس ہپاٹائٹس کے امراض سے متعلق مایوسی کا شکار ہو چکی ہے۔ دنیا میں اس وقت ہپاٹائٹس کے مرض میں مبتلا مریضوں کی رجسٹرڈ تعداد چالیس کروڑ ہے جبکہ پاکستان میں رجسٹرڈ مریضوں کی تعداد دو کروڑ سے تجاوز کر چکی ہے۔ ایسے میں میڈیکل سائنس کی بے بسی انسانی ذہن اور معاشرے کی تباہی کا پیغام دے رہی ہے مگر سورۃ رحمٰن کے سننے سے یہ مرض چند ہی ایام میں ایسے غائب ہو جاتا ہے جیسے کبھی اس کا نام ونشان ہی نہ تھا۔ سورۃ رحمٰن کے ذریعے لوگوں کا ذہنی، جسمانی اور روحانی بیماریوں کا یقینی علاج ہوتا ہے، سورۃ رحمٰن کی قرآن تھراپی کے ذریعے لاعلاج مریضوں کا کامیاب علاج ہو چکا ہے۔ بلکہ بہت سے لوگ یہ بھی بتاتے ہیں کہ سورۃ رحمٰن سننے سے ان کی بہت سے پیچیدہ بیماریاں ختم ہو گئیں ہیں۔ جب کوئی مکمل طور پر اپنی توجہ سورۃ رحمٰن کی طرف کر کے تلاوت سنتا اور اپنی آنکھیں بند کرتا ہے تو سورۃ رحمٰن کی ہر آیت سننے کے ساتھ اس کے جسم کے اندر ایک حرارت پیدا ہوتی ہے اور سورۃ رحمٰن کی تلاوت سننے کے بعد وہ آدھا گلاس پانی پیتا ہے، تو وہ اس طرح محسوس کرتا ہے کہ جس طرح انگاروں کے اوپر پانی ڈالا جاتا ہے۔ سورۃ رحمٰن کے ان مشاہدوں کا جب ناروے میں پتہ چلا تو ناروے اوسلو سے پرائم ٹی وی سے یہ پروگرام پوری دنیا میں دکھایا گیا اور سورۃ رحمٰن کے پروگرام کی افادیت نے پوری دنیا کو چونکا دیا ہے۔ انہوں نے کہا: جو لوگ دکھی، الجھن یا ذہنی کرب میں مبتلا ہوں، وہ سورۃ رحمٰن کی تلاوت دن میں تین مرتبہ متواتر سات دن سنیں۔ تمام بیماریوں کا علاج قرآن کی آیات میں موجود ہے۔ اگر ہم ان آیات کو غور سے سنیں، اس کے ذریعے کینسر، فالج، شوگر، ہارٹ اٹیک اور دوسرے بے شمار امراض کا علاج کیا جا چکا ہے۔ دنیا کی ہر بیماری کا علاج سورۃ الرحمٰن سے ممکن ہے۔۔۔ کاش مسلمان بھی قرآن سے نفع اٹھانے والا بن جائے۔

حقے کا پانی۔۔۔ لاعلاج بیماریاں

35،36 سال پہلے کی بات ہے کہ میرے رشتہ کی بات چلی، کئی رشتے آئے، کئی گئے مگر ہمارے گھر والے مطمئن نہیں تھے۔ رشتہ داروں میں سے ایک رشتہ آیا۔ والدین کا دل نہ مانا، انکار کے بعد میں مسلسل بیمار رہنے لگی، بیماری بھی کیا تھی بس سارا دن بے جان بے سدھ بت کی طرح نیم بے ہوشی کی حالت میں لیٹی رہتی تھی۔ آوازیں سب کانوں میں آتی تھیں مگر آنکھیں کھولنے اور بولنے کی طاقت نہیں ہوتی تھی، جان اندر ہی اندر کوئی کھا رہا تھا، صاف پتہ چلتا تھا اندر ہی اندر کوئی مسلسل کھا رہا ہے، میری والدہ کو کسی نے ایک بزرگ خاتون کا پتہ دیا، والدہ صاحبہ مجھے ان کے پاس لے گئیں، انہوں نے دیکھ کر کہا کہ اس کو جسمانی بیماری کوئی نہیں ہے اس کے اوپر ایسا جادو یا اثر چھوڑا گیا ہے کہ یہ گھل گھل کے دنوں میں ختم ہو جائے لیکن تم فکر نہ کرو میں جو علاج بتاؤں اس کو اللہ پر بھروسہ کر کے کرو۔ انشاء اللہ آپ کی بچی بالکل ٹھیک ہو جائے گی۔

اسی بیماری کے دوران میں نے خواب دیکھا کہ میرے کپڑے گردن سے لے کر پیروں تک سوئیوں سے بھرے ہوئے ہیں۔ میں اپنی والدہ صاحبہ کو وہ اپنا سوئیوں سے بھرا لباس دکھاتی ہوں اور ساتھ ساتھ ایک ایک سوئی اتار رہی ہوں۔ یہ خواب سخت جان لیوا جادو کا پتہ دے رہا تھا۔ پھر اس نیک خاتون نے علاج بتایا کہ حقے کا پانی لاؤ اس پانی سے اس کو نہلاؤ اور پورے گھر کے در و دیوار پر چھڑکو دن میں دو بار۔ اس کے کھانے میں دو یا تین قطرے یا آدھا چھوٹا چمچہ اس کا بھی ڈال دو تا کہ اندر سے بھی یہ اثرات کو کاٹ دے۔ میں نے ان کے بتائے طریقے پر عمل کیا۔ آپ یقین کریں پہلے دن یعنی پہلی دفعہ غسل سے ہی اندر باہر گند نکلتا محسوس ہوا جیسا کہ جسم پر منوں بوجھ اتر رہا ہو۔ 4 ہفتے یہ عمل کیا تقریباً ٹھیک ہو گئی مگر میں دو ماہ تک ہر ہفتہ غسل کرتی تھی تا کہ اثرات بالکل ختم ہو جائیں۔ طریقہ غسل: ہر منگل کو دن بارہ بجے تک یہ غسل کرنا ہے۔ غسل آپ پہلے صابن وغیرہ سے نہانا ہو تو نہا لیں صاف ہونے کے بعد آدھی یا پوری بالٹی بھر لیں سادہ پانی سے۔ پھر اس میں نہانے والا ڈونگا جو ہم بالٹی سے پانی نکالنے کے لیے استعمال کرتے ہیں حقے کے پانی سے بھر کر اس بالٹی میں مکس کر دین پھر آپ نے صرف اسی پانی سے غسل کرنا ہے۔ پورا سر اچھی طرح تر ہو جائے اور پورا جسم اس پانی سے دھل جائے۔ غسل کے بعد آپ نے کوئی پاؤڈر پرفیوم، خوشبودار صابن استعمال نہیں کرنا۔ غسل کے بعد حقے کے پانی کی جو بو ہے وہ جادو کی کاٹ کرتی ہے، غسل کے فوراً بعد گیارہ، اکیس، اکیاون، ایک سو ایک روپے جتنی توفیق ہے وہ خیرات کر دیں۔ ہر منگل دن بارہ بجے تک چڑھتے سورج کے وقت چار منگل کرنا ہے۔ زیادہ بھی کر سکتے ہیں۔ عائشہ۔ سکھر

بلی تنگدستی کا علاج

آپ ﷺ نے فرمایا: گھر میں داخل ہوتے ہوئے جس نے سورۃ اخلاص کا ورد کیا اسکے گھر سے فقر اور فاقہ ہمیشہ کیلئے رخصت ہوا۔

جمیع آفات سے امن

خرگوش کی جھلی پر سورۃ اخلاص لکھ کر اپنے پاس رکھی جائے تو تمام حشرات الارض اور جن وانس کے ضرر سے محفوظ رہتا ہے۔

سر درد کے علاج کیلئے

کچھ لوگ سورہ اخلاص کو سر درد کے لیے دم کے طور پر استعمال کرتے ہیں اس کا طریقہ روایت میں کچھ ایسے ملتا ہے کہ دم کرنے والا اور کروانے والا دونوں آمنے سامنے چوکڑی مار کر بیٹھ جائیں پھر 11 بار سورہ اخلاص کو پڑھ کر مریض کی کنپٹیوں کو انگلی سے پکڑتے ہوئے آہستہ آہستہ دونوں بھنوؤں کے درمیان لا کر دم کرتے ہیں اور انگوٹھا کھینچ لیتے ہیں اس طرح 11 روز دم کرنے سے سر کا درد ختم ہو جاتا ہے۔

بچوں کا فوت ہو جانا

کچھ خواتین کے بچے اوائل حمل میں ہی ضائع ہو جاتے ہیں حمل کے پہلے مہینے دیسی اجوائن ایک پاؤ کالی مرچ ایک پاؤ شہد ایک پاؤ لے کر عروج ماہ میں سو بار سورۃ اخلاص پڑھ کر ان پر دم کیا جاتا ہے پھر روزانہ ایک چٹکی اجوائن اور تین کالی مرچ لے کر انگلی پر شہد لگا کر کھلاتے ہیں کچھ لوگ الگ الگ بھی سو بار ان پر سورۃ اخلاص کو پڑھتے ہیں تا کہ زیادہ اثر ہو جائے۔

جمعہ کا دن کا وظیفہ

حضرت عائشہؓ سے روایت ہے کہ آپ ﷺ نے فرمایا کہ جس شخص نے جمعہ کی شب اور جمعے کی نماز کے بعد سورہ اخلاص سورہ فلق اور سورہ الناس پڑھی وہ اگلے جمعے تک ہر گناہ سے پاک ہو گیا۔

عذاب قبر سے نجات

جو شخص مرض الموت میں سورہ اخلاص پڑھے گا وہ فتنہ قبر میں مبتلا نہ ہوگا اور قبر کی تنگی اور عذاب قبر سے نجات پائے گا۔

چیونٹیوں کی کثرت

اگر کسی کے مکان میں کثرت سے چیونٹیاں آتی ہیں تو وہ اول وآخر 15 بار درود ابراہیمی پڑھیں اور اسکے بعد سورۃ اخلاص پڑھ کر دم کریں اتوار کی رات عشاء کی نماز پڑھ کر چیونٹیوں کے سوراخ میں حرمل کے دانے ڈال دیں انشاءاللہ چیونٹیوں سے نجات مل جائے گی۔

میاں بیوی میں محبت

سورہ اخلاص 41 بار پڑھی جائے اسکے اول تا آخر درود پاک کو پڑھا جائے اور شیرینی پر دم کر کے ناراض میاں بیوی کو کھلائی جائے تو دلوں میں باہمی محبت بڑھے گی (یہ عمل نکاح میں بندھے میاں بیوی کیلئے ہے بصورت دیگر سنگین نتائج نکلیں گے)

ڈراؤنے خواب

کچھ لوگوں کو بہت برے خواب آتے ہیں وہ شدید ڈر کے باعث دوبارہ سو نہیں سکتے وہ باوضو نماز پڑھ کر بستر پر لیٹ جائیں پھر سورۃ فاتحہ اور اخلاص دونوں پڑھ لیں انشاءاللہ ڈراؤنے خوابوں سے محفوظ رہیں گے۔

سنت کی برکات

نظر کی حفاظت اپنی نظروں کی حفاظت کریں، بدنظری سے بہت سے مسائل پیدا ہوتے ہیں۔ آپ ﷺ جب چلتے تو اپنی نظر جھکا کر چلتے تھے یہاں تک مخاطب سے بات کرتے تو اس کے چہرے پر نظر نہ ڈالتے تھے جو لوگ نظروں کی حفاظت نہیں کرتے ان کو بہت سے مسائل جن میں نماز میں دل نہ لگنا، بری شیطانی سوچیں اور وسوسے، خود لذتی، نفسیاتی مسائل، نیک کام سے بے رغبتی اور برے کاموں میں دلچسپی، تنہائی میں باتیں کرنا، نقشہ کشی کرنا، تصوراتی شادی و دیگر جنسی بیماریاں و مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ یادداشت کی کمزوری، بات بھول جانا، سامنے والے آدمی کا نام اکثر بھول جانا، آنکھوں میں جلن، خارش، چبھن، آنکھوں میں تھکاوٹ، پانی آنا اور بھاری پن ہونا جیسے مسائل کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ نظر کی حفاظت کرنے سے انسان بے شمار مسائل سے بچ جاتا ہے اور ایمان بھی محفوظ ہو جاتا ہے۔ اللہ تعالیٰ نے مسلمان مرد کو سورۃ نور میں پہلے مخاطب کیا اور نظر جھکانے کا حکم دیا اور بعد میں مومن عورت کو۔ شیطان جو کام انسان کی نظر سے کروا جاتا ہے وہ کام جسم کے باقی اعضاء سے نہیں کرا سکتا۔ نظر ایسا تیر ہے جس شکار کو لگے وہ شکار بھی زخمی اور شکاری خود بھی۔ حضور اکرم ﷺ نے ہم سے دو چیزوں کی حفاظت مانگی اور جنت میں جانے کی ضمانت دی وہ یہ ہے ایک نظر کی حفاظت دوسرے شرمگاہ کی حفاظت۔ شرم گاہ کی حفاظت تب ہی ممکن ہے جب نظر کنٹرول میں ہو اور نظر کی حفاظت کی جائے۔

کھانا اور اس کے برتن کھانا کھانے کے بعد اپنی انگلیاں چاٹیں، جس برتن میں کھانا ہے اس کو اچھے طریقے سے صاف کیا جائے پھر دھویا جائے، کھانا اتنا ڈالیں جتنا کھا سکیں، ہمارے ہاں روغنی سالن و کھانے پکائے جاتے ہیں اور ہماری اکثریت کھانا ضائع زیادہ کرتی اور کھاتی کم ہے۔ لوگ برتنوں میں روغن جمع کر لیتے ہیں مگر اس روغن کو کھاتے نہیں اور نہ ہی کھانے کا برتن صحیح صاف کرتے ہیں جس کی وجہ سے کفرانِ نعمت میں شمار ہوتے ہیں۔ گھر میں خواتین بھی اس طرف توجہ کم دیتی ہیں، اکثر گھروں میں کھانے کے برتن جمع کر کے رکھ دیتی ہیں، اکثر گھروں میں کھانے کے برتن جمع کر کے دھوئے جاتے ہیں، ظاہر ہے برتن جتنی دیر گندے پڑے رہیں گے اتنی دیر شیطان برتنوں میں ہاتھ مارتا رہے گا اور برتن بددعا دیتا ہے جب اس کو شیطان ہاتھ لگاتا ہے۔ جو شخص برتن کو اچھی طرح صاف کرتا ہے اور پھر فوراً اسے دھو دیتا ہے تو وہ برتن اس شخص کے لیے دعا کرتا ہے اے اللہ! جس طرح اس نے مجھے شیطان سے بچایا تو اسے دوزخ کی آگ سے بچا۔ اگر معاشی لحاظ سے دیکھا جائے تو اس طرح سے کھائے ہوئے برتن کو دھونے میں وقت، محنت، صابن بھی کم استعمال ہوتا ہے۔ اور انسان خرافات سے بچ جاتا ہے اور پھر جلدی بیماریاں جو کہ عموماً خواتین کو الرجی وغیرہ کی صورت میں برتن دیر تک رکھنے، دیر سے دھونے کی وجہ سے ہوتی ہیں اور جو لوگ کھڑے ہو کر کھانا کھاتے ہیں وہ ذہنی تناؤ، ڈیپریشن، افسردگی اور اسی طرح کے دوسرے ذہنی مسائل اور ہاضمے کے مسائل کا سامنا کرتے ہیں۔

لباس اور رہن سہن آپ ﷺ ہمیشہ کھلا لباس پہنتے تھے، آج کا ماڈرن ترقی یافتہ دور تنگ لباس کے استعمال کے بعد کھلے لباس پہننے کو ترجیح دیتا ہے جو لوگ تنگ لباس پہنتے ہیں وہ کافی ساری ایسی پیچیدگیوں/مشکلات کا سامنا کرتے ہیں جن کا انہیں علم بھی نہیں ہوتا، آج لباس چھوٹے ہو گئے تو دل بھی چھوٹے اور برتن بھی چھوٹے ہو گئے۔ لباس انسان کی شخصیت کی عکاسی کرتا ہے، جو لوگ جینز یا ٹائٹ لباس استعمال کرتے ہیں ان کا اس کے استعمال سے حساس نظام یعنی محسوس کرنے کا نظام متاثر ہوتا ہے اور وہ جلدی بیماریاں، اعصابی بیماریاں، تھکاوٹ، ذہنی سکون کی بربادی، جنسیاتی، جیناتی مسائل کا شکار ہوتے ہیں۔ جو خواتین و مرد تنگ لباس پہنتے ہیں انہیں جنسی مسائل کا سامنا و دیگر کے مقابلے جو کہ سادہ لباس پہنتے ہیں زیادہ کرنا پڑتا ہے۔ انسان کے چلنے پھرنے میں جو رگڑ ان تنگ لباس کے پہننے سے پیدا ہوتی ہے وہ جذبات کو بار بار ابھارتی ہے اور یوں انسان مختلف بیماریوں جن میں جریان، قطروں کا گرنا، خواتین کو لیکوریا و دیگر سیلان الرحم، بریسٹ کینسر و دیگر جنسی امراض پیدا ہونے کا خدشہ بڑھ جاتا ہے۔ تنگ لباس پہننے والے شخص کی سوچ بھی محدود ہو کر رہ جاتی ہے۔

بلڈ پریشر، شوگر، نزلہ اور نکسیر سے نجات

نکسیر بند کرنے کا نسخہ نمبر 1 نکسیر ایسا مرض ہے جس کو یہ مرض لگ جائے وہ مریض گھر کا قیدی ہو جاتا ہے۔ اس مرض کی یہ خبر نہیں ہوتی کہ کب نکسیر بہنے لگے۔ ایک خاتون کو یہ مرض تھا رمضان میں اس کی شدت بہت بڑھ جاتی، رمضان میں روزے باقاعدگی سے رکھتیں، یوں نکسیر کا مرض بہت تکلیف دہ تھا، مرض بھی ایسا شدید تھا کہ جب نکسیر جاری ہوتی جس جگہ وہ کھڑی ہوتیں وہ جگہ خون سے بھر جاتی۔ پھر ایک بہت معروف حکیم صاحب نے یہ نسخہ بتایا بہت ہی تیر بہدف نسخہ ہے۔ آپ بھی استعمال کریں اور دعائیں دیں۔ خاری کا گوند آدھ پاؤ لے کر اس کو پیس لیں۔ دودھ ابال لیں اور ٹھنڈا کر لیں ایک چٹکی [illegible] دودھ میں یہ پسا ہوا گوند ڈالیں۔ شام تک یہ گوند دودھ میں پھول جائے گا۔ دودھ کو چینی ڈال کر ٹھیک کر لیں اور رات کو پی کر سو جائیں۔ سات دن یہ نسخہ استعمال کریں زندگی بھر پھر کبھی نکسیر نہیں آئے گی۔ ان خاتون کو بہت فائدہ ہوا۔ نکسیر تو ایک ہفتے میں ہمیشہ کے لیے ختم ہو گئی۔ گوند کے استعمال سے جو کہ دودھ میں ڈال کر پیا تھا۔ وہ بے حد فائدہ مند رہا۔ میں نے اسے اپنی زندگی کا معمول بنا لیا، ہمیشہ اسی طرح گوند ڈال کر استعمال کرتی رہی۔ سانس کا مرض تھا وہ بھی ٹھیک ہو گیا۔ کندھوں اور گھٹنوں میں درد رہا کرتا اس سے اب ہمیشہ کے لیے نجات مل گئی ہے۔ زندگی بھر کھڑے ہو کر نماز پڑھی ہے۔

نکسیر بند کرنے کا نسخہ نمبر 2 جب نکسیر جاری ہو تو ناک کے دونوں نتھنوں کو دبا کر پکڑ لیں، ناک کی ہڈی کے نیچے سے۔

نکسیر بند کرنے کا نسخہ نمبر 3 ایک پاؤ دودھ لیں، مٹی کا پیالہ لیں، تنور سے ایک روٹی پکوا لیں اگر تنور سے روٹی نہ ملے تو توے پر پانی کا ہاتھ لگا کر روٹی پکا لیں۔ روٹی کو ٹھنڈا کر کے اس کے لقمے توڑ لیں پیالے میں دودھ ڈالیں، ضامن (جھاگ) دہی جمانے کے لیے ڈالیں، دہی پیالے میں جمائیں اور روٹی کے لقمے بھی اس میں ڈال دیں۔ صبح کو دہی جمی ہوئی میں چینی ڈالیں اور لقمے اور دہی چمچ سے کھا لیں۔ یہ عمل سات دن کریں۔ نماز کی ہمیشہ پابندی کریں۔

نکسیر بند کرنے کا نسخہ نمبر 4: ایک چھٹانک کشمش، ایک چھٹانک بادام، ایک چھٹانک خشخاش یہ اشیاء باریک کوٹ کر پیس لیں۔ ایک چمچ رات کو سونے سے قبل پانی سے یا دودھ سے کھا لیں۔ ایک کورس مکمل کر لیں اگر نکسیر زیادہ پرانی ہے تو یہ نسخہ تین مرتبہ کر لیں۔

ہائی بلڈ پریشر سے ہمیشہ کے لیے نجات: راقمہ تلاش میں رہتی ہے، ریسرچ بھی کرتی ہے جو نسخے مل جائیں ان کو استعمال کروانے کے بعد الشافیہ کے حوالے کرتی رہوں۔ کسی اللہ کی بندی نے ایک نسخہ دیا تھا بلڈ پریشر کے خاتمے کے لیے، بالکل سادہ اور آسان نسخہ لیکن نتائج بہت ہی زبردست ہیں۔ قارئین! آپ بھی

آزمائیں: ھوالشافی: نیم کے ایک سو پتے جو کہ شروع میں نکلتے ہیں، نازک سی پتیاں ہوتی ہیں۔ ایک سو کالی مرچ دونوں کو ملا کر ہاون دستے میں کوٹیں جب خوب باریک ہو جائیں تو چنے کے برابر گولیاں بنا لیں۔ سائے میں خشک کر لیں۔ ناشتے کے بعد دو گولی، صبح کو اور شام میں کھانے کے بعد دو دو گولی۔ یہ گولیاں ایک بوڑھی خاتون نے کھانا شروع کیں، انہیں بلڈ پریشر تھا جب یہ گولیاں پندرہ دن کھائیں تو پھر ڈاکٹر کو چیک کروایا حیرت انگیز طور پر بلڈ پریشر ختم ہو چکا تھا۔ دوسرا اس کا یہ فائدہ ہے کہ بدہضمی، پیٹ میں درد، گیس کا مسئلہ ہو، یہ گولیاں اتنی ہی مقدار میں کھا لیں، تینوں مسئلے حل ہو جائیں گے۔ جس خاتون کے گھر یہ نسخہ لینے گئی تھی انہوں نے تقریباً یہ گولیاں ایک بڑے جار میں بھر کر رکھی ہوئی تھیں۔ وہ بتاتی ہیں ہمارے گھر میں بچے، بڑے اور گھر کے بزرگ یہ گولیاں استعمال کرتے ہیں۔ ہمارے گھر میں یہ نسخے کے استعمال کی وجہ سے کوئی بیمار نہیں ہوتا۔ یہ گولیاں استعمال کرتے رہیں تو کھانا بہت جلد ہضم ہو جاتا ہے۔ موٹاپا بہت جلد ختم ہو جاتا ہے، شوگر ہو تو اس نسخہ کو ڈبل کر لیں۔ دو سو پتے نیم کے درخت کے اور دو سو کالی مرچ لیں۔ اسی طرح کوٹ کر چنے برابر گولیں بنا لیں اور صبح و شام پانی سے استعمال کریں۔ حیرت انگیز طور پر صرف ایک ماہ میں شوگر غائب ہو جائے گی۔

شوگر کا علاج: شوگر بہت جلد ختم کرنی ہو تو سفیدے کے گیارہ پتے لیں دو پیالی پانی ڈالیں پکنے کے بعد ایک کپ رہ جائے تو اس کو پی لیں۔ صبح و شام یہ عمل کریں۔ اس کے استعمال سے خون بے حد صاف ہو جائے گا۔

نزلہ کا علاج: اگر نزلہ ہے تو سفیدے کے پتے سوکھا کر پیس لیں۔ چٹکی میں لے کر ناک کے قریب لے جا کر سونگھیں۔ سانس اندر کھینچیں۔ یہ عمل دن میں تین مرتبہ کریں اور رات کو بھی۔ بند ناک کھل جائے گی۔ عمل کرتے رہیں جب تک نزلہ ٹھیک نہ ہو جائے۔

کونڈوں کی شرعی حیثیت

من گھڑت کہانیاں اور انکار/ بے جاالزامات اور انکے شرعی جوابات

سوال: کونڈے کی نیاز کیا ہے؟

جواب: مٹی کے برتن میں میٹھی چیز تیار کرکے اس پر فاتحہ کرکے اس کا ثواب حضرت امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ کو ایصال کرنا کونڈے کی نیاز کہلاتی ہے۔

سوال: کونڈے کی نیاز کی کیا حقیقت ہے؟

جواب: ہمارے یہاں عرصہ دراز سے مسلمانوں کا یہ معمول رہا ہے کہ وہ 22 رجب المرجب کو حضرت امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ کے لئے ایصال ثواب کی نیت سے کھیر، پوری پکا کر اس پر فاتحہ پڑھ کر مسلمانوں کو کھلایا جاتا ہے۔

سوال: کیا کھیر صرف اور صرف کونڈے (مٹی کے برتن) میں کھلانا ضروری ہے؟

جواب: نہیں، اس کی کوئی پابندی نہیں (سونے اور چاندی کے برتن کے علاوہ) کسی بھی برتن میں کھلا سکتے ہیں۔ مٹی کے برتن کی کوئی قید نہیں۔

سوال: کیا اس نیاز کو گھر سے باہر بھی بھیج سکتے ہیں؟

جواب: اس نیاز کو گھر سے باہر بھی اپنے عزیزوں، رشتے داروں، دوستوں اور پڑوسیوں کے گھروں میں بھیج سکتے ہیں۔ یہ سمجھنا کہ گھر سے باہر اس نیاز کو نہیں لے جاسکتے۔ گھر ہی میں کھلانی چاہئے، غلط فہمی ہے۔

سوال: کیا یہ نیاز صرف 22 رجب المرجب کو ہی کر سکتے ہیں؟

جواب: کونڈوں کی نیاز 22 رجب المرجب کو ہی کرنا ضروری نہیں۔ یہ ایصال ثواب ہے۔ کسی بھی ماہ میں کسی بھی تاریخ کو کر سکتے ہیں۔

سوال: کیا کونڈوں کی نیاز ضروری ہے؟

جواب: نذر و نیاز ایک مستحب عمل ہے۔ کریں تو ثواب، نہ کریں تو کوئی گناہ نہیں۔ لہذا یہ فرض و واجب نہیں ہے۔

سوال: کیا غیر اللہ کی نذر و نیاز کرنا جائز ہے؟

جواب: اللہ تعالیٰ نے ہم مسلمانوں کو بے شمار نعمتوں سے سرفراز فرمایا، ان نعمتوں میں سے ایک نعمت حلال اور طیب رزق ہے، جسے رب کریم اپنے بندوں کو محنت کرکے حلال ذرائع سے حاصل کرنے کا حکم دیتا ہے تاکہ بندے حرام سے بچ کر حلال طیب رزق حاصل کرکے اپنی زندگی گزاریں۔

انہی حلال وطیب رزق میں سے ایک بابرکت چیز نذر و نیاز ہے جو کہ رب کریم کی بارگاہ میں پیش کرکے اس کا ثواب نیک وصالح مسلمانوں کو ایصال کیا جاتا ہے۔ چنانچہ اس مضمون میں نذر و نیاز کی حقیقت اور اسے حرام کہنے والوں کی اصلاح کی جائے گی۔

نذر و نیاز کو حرام کہنے والے یہ آیت پیش کرتے ہیں:

القرآن: اِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَ الدَّمَ وَ لَحْمَ الْخِنْزِيْرِ وَ مَاۤ اُهِلَّ بِهٖ لِغَيْرِ اللّٰهِ ۚ (سورۂ بقرہ، رکوع 5، پارہ 2، آیت 173) ترجمہ: درحقیقت (ہم نے) تم پر حرام کیا مردار اور خون سور کا گوشت اور جس پر اللہ کے سوا (کسی اور کا نام) پکارا گیا ہو۔

القرآن: حُرِّمَتْ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةُ وَ الدَّمُ وَ لَحْمُ الْخِنْزِيْرِ وَ مَاۤ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ (سورۂ مائدہ، رکوع 5، پارہ 6، آیت 3)۔ ترجمہ: حرام کردیا گیا تم پر مردار اور خون اور سور کا گوشت اور وہ جانور جس پر اللہ کے سوا کسی اور کا نام پکارا گیا ہو۔

ان آیات میں "وَ مَاۤ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ" سے کیا مراد ہے:

1۔ تفسیر وسیط علامہ واحدی میں ہے کہ "وَ مَاۤ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ" کا مطلب ہے کہ جو بتوں کے نام پر ذبح کیا گیا ہو۔

2۔ شاہ ولی اللہ محدث دہلوی علیہ الرحمہ نے ترجمان القرآن میں "وَ مَاۤ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ" سے مراد لکھا ہے کہ جو بتوں کے نام پر ذبح کیا گیا ہو۔

3۔ تفسیر روح البیان میں علامہ اسمٰعیل حقی علیہ الرحمہ نے "وَ مَاۤ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ" سے مراد یہی لیا ہے کہ جو بتوں کے نام پر ذبح کیا گیا ہو۔

4۔ تفسیر بیضاوی پارہ 2 رکوع نمبر 55 میں ہے کہ "وَ مَاۤ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ" کے معنی یہ ہیں کہ جانور کے ذبح کے وقت بجائے خدا کے بت کا نام لیا جائے۔

5۔ تفسیر جلالین میں "وَ مَاۤ اُهِلَّ لِغَيْرِ اللّٰهِ" کے معنی یہ ہیں کہ وہ جانور جو غیر اللہ کے نام پر ذبح کیا گیا ہو، بلند آواز سے بتوں کا نام لے کر وہ حرام کیا گیا۔

ان تمام معتبر تفاسیر کی روشنی میں واضح ہو گیا کہ یہ تمام آیات بتوں کی مذمت میں نازل ہوئی ہیں، لہذا اسے مسلمانوں پر چسپاں کرنا کھلی گمراہی ہے۔

مسلمانوں کا نذر و نیاز کرنا:

مسلمان اللہ تعالیٰ کو اپنا خالق و مالک جانتے ہیں اور جانور ذبح کرنے سے پہلے "بسم اللہ اللہ اکبر" پڑھ کر اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں پیش کرتے ہیں پھر کھانا پکوا کر اللہ تعالیٰ کے ولی کی روح کو ایصال ثواب کیا جاتا ہے لہذا اس میں کوئی شک والی بات نہیں بلکہ اچھا اور جائز عمل ہے۔

ایصال ثواب کیلئے بزرگوں کی طرف منسوب کرنا:

الحدیث: ترجمہ: سیدنا حضرت سعد بن عبادہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ حضرت نبی کریم ﷺ کی خدمت اقدس میں عرض کیا یارسول اللہ ﷺ! میری والدہ فوت ہوگئی ہے۔ کیا میں ان کی طرف سے کچھ خیرات اور صدقہ کروں۔ آپ ﷺ نے فرمایا! ہاں کیجئے، حضرت سعد بن عبادہ رضی اللہ عنہ نے دریافت فرمایا۔ ثواب کے لحاظ سے کون سا صدقہ افضل ہے؟ آپ ﷺ نے فرمایا "پانی پلانا" تو ابھی تک مدینہ منورہ میں حضرت سعد رضی اللہ عنہ ہی کی سبیل ہے۔

(بحوالہ: سنن نسائی جلد دوم، رقم الحدیث 3698، ص 577، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ صاحب تفسیر خازن و مدارک فرماتے ہیں: اگر فوت شدہ کا نام پانی پر آنا اس پانی کے حرام ہونے کا سبب بنتا تو حضرت سعد رضی اللہ عنہ اس کنویں پر اُم سعد کا نام نہ آنے دیتے: "ما اہل بہ لغیر اللہ" کا مطلب یہ ہے کہ بوقت ذبح جانور پر غیر اللہ کا نام نہ آئے، جان کا نکالنا خالق ہی کے نام پر ہو (تفسیر خازن و مدارک، جلد اول، ص 103)

الحدیث: ترجمہ: ...... حضرت عروہ بن زبیر رضی اللہ عنہ نے حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا سے روایت کی ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے سینگوں والے مینڈھے کے لئے حکم فرمایا جس کے سینگ سیاہ آنکھیں سیاہ اور جسمانی اعضا سیاہ ہوں۔ پس وہ لایا گیا تو اس کی قربانی دینے لگے۔ فرمایا کہ اے عائشہ! چھری تولاؤ، پھر فرمایا کہ اسے پتھر پر تیز کرلینا۔ پس میں نے ایسا ہی کیا تو مجھ سے لی اور مینڈھے کو پکڑ کر لٹایا اور ذبح کرنے لگے تو کہا۔ اللہ کے نام سے شروع کرتا ہوں۔ اے اللہ تعالیٰ! اسے قبول فرما محمد ﷺ کی طرف سے آل محمد ﷺ کی طرف سے اور امت محمد ﷺ کی طرف سے پھر اس کی قربانی پیش کردی

(بحوالہ: ابوداؤد جلد دوم، کتاب الاضحایا، رقم الحدیث 1019، ص 392، مطبوعہ فرید بک لاہور)

الحدیث: ترجمہ...... حنش کا بیان ہے کہ میں نے حضرت علی رضی اللہ عنہ کو دو دنبے قربانی کرتے دیکھا تو عرض گزار ہوا، یہ کیا بات ہے؟ انہوں نے فرمایا کہ رسول اللہ ﷺ نے مجھے وصیت فرمائی تھی، اپنی طرف سے قربانی کرنے کی۔ چنانچہ (ارشاد عالی کے تحت) ایک قربانی میں حضور ﷺ کی طرف سے پیش کر رہا ہوں۔ (بحوالہ: ابوداؤد جلد دوم، کتاب الاضحایا، رقم الحدیث 1017، ص 391، مطبوعہ فرید بک لاہور)

☆ حضرت علامہ مولانا ملّا جیون علیہ الرحمہ فرماتے ہیں۔ ذبح سے پہلے یا ذبح کے بعد بغرض ملکیت یا بغرض ایصال ثواب وغیرہ کسی جانور وغیرہ پر آنا یہ سبب حرمت نہیں، مثلاً یوں کہا جاتا ہے۔ مولوی صاحب کی گائے، خان صاحب کا دنبہ، ملک صاحب کی بکری، عقیقہ کا جانور، قربانی کا جانور، ولیمہ کی بھینس، ان جانور پر جو غیر اللہ کا نام پکارا گیا تو کیا یہ حرام اور منت ہوگئے؟ ہرگز نہیں! یہی حکم ہے گیارہویں کے دودھ، حضور غوث الثقلین رضی اللہ عنہ کی طرف منسوب بکری اور منت والے جانوروں کا" (بحوالہ: تفسیرات احمدیہ)

☆ تیرہویں صدی کے مجدد شاہ عبدالعزیز محدث دہلوی علیہ الرحمہ فرماتے ہیں:

"واگر مالیدہ وشیر برنج بنا بر فاتحہ بزرگ بقصد ایصال ثواب بروح ایشاں پختہ بخورند مضائقہ نیست جائز است" یعنی اگر مالیدہ اور شیرینی کسی بزرگ کی فاتحہ کے لئے ایصال ثواب کی نیت سے پکا کر کھلا دے تو جائز ہے، کوئی مضائقہ نہیں۔ (بحوالہ: تفسیر عزیزی، جلد اول، ص 39)۔ آگے فرماتے ہیں "طعامیکہ ثواب آں نیاز حضرت امامین نمایند و برآں فاتحہ وقل و درود خواندن تبرک میشود خوردن بسیار خوب است" یعنی جس کھانے پر حضرات امامین حسنین کی نیاز کریں اس پر قل اور فاتحہ اور درود پڑھنا باعث برکت ہے اور اس کا کھانا بہت اچھا ہے۔ (بحوالہ: فتاویٰ عزیزی، جلد اول، ص 71)

مسلک اہلسنت، دیوبندی مکتبہ فکر اور اہلحدیث مکتبہ فکر کی مسلمہ شخصیت شاہ ولی اللہ علیہ الرحمہ کی کتابوں سے نذر و نیاز کا ثبوت

1۔ اقوال امام الطائفہ کے بزرگان وعمائد اور اساتذہ ومشائخ کے نقل کرتے ہیں تاکہ ان بے باکوں کو پتہ چلے کہ شریعت سے ممانعت کے بغیر فاتحہ کو حرام بتانے پر زبان کھولنا اور فاتحہ کے کھانے، بزرگوں کی نیاز کی شیرینی کو حرام و مردار کہنا کیسی سخت سزائیں چکھاتا ہے اور کیسے برے دن دکھاتا ہے۔ (انفاس العارفین (اردو) حضور ﷺ کی نیاز کی اشیاء کی مقبولیت، صفحہ نمبر 106، مطبوعہ المعارف گنج بخش روڈ لاہور) (فتاویٰ رضویہ (جدید) جلد 9 صفحہ نمبر 574، مطبوعہ جامعہ نظامیہ لاہور)

2۔ الدر الثمین فی مبشرات النبی الامین میں شاہ ولی اللہ علیہ الرحمہ اپنے والد شاہ عبدالرحیم علیہ الرحمہ کی بات کو نقل کرتے ہیں "بائیسویں حدیث: مجھے سیدی والد ماجد نے بتایا کہ حضور کریم ﷺ کی نیاز کے لئے کچھ کھانا تیار کراتا تھا۔ ایک سال کچھ کشائش نہ ہوئی تو کھانا پکواؤں، صرف بھنے ہوئے چنے میسر آئے۔ وہی میں نے لوگوں میں تقسیم کئے۔ میں نے سید عالم نور مجسم ﷺ کو خواب میں دیکھا کہ ان کے سامنے یہ چنے موجود ہیں اور حضور ﷺ مسرور وشاداں ہیں" (الدر الثمین فی مبشرات النبی الامین، صفحہ نمبر 40، کتب خانہ علویہ رضویہ فیصل آباد)

3۔ شاہ ولی اللہ محدث دہلوی علیہ الرحمہ اپنی کتاب انتباہ فی سلاسل الاولیاء میں لکھتے ہیں۔ تھوڑی شیرینی پر عموماً خواجگان چشت کے نام فاتحہ پڑھیں اور خدائے تعالیٰ سے حاجت طلب کریں۔ اسی طرح روز پڑھتے رہیں (الانتباہ فی سلاسل الاولیائ، ذکر طریقہ ختم خواجگان چشم صفحہ 100 مطبوعہ برقی پریس دہلی) (فتاویٰ رضویہ (جدید) جلد 9، صفحہ نمبر 575، مطبوعہ جامعہ نظامیہ لاہور)

4۔ شاہ ولی اللہ محدث دہلوی علیہ الرحمہ "ہمعات" میں فرماتے ہیں۔ یہیں سے ثابت ہے اعراس مشائخ کی نگہداشت اور ان کے مزارات کی زیارت پر مداومت اور ان کے لئے فاتحہ پڑھنے اور صدقہ دینے کا التزام۔ (ہمعات، ہمعہ 11، 1 اکادیمیۃ الشاہ ولی اللہ حیدرآباد سندھ صفحہ 58) (فتاویٰ رضویہ (جدید) جلد 9، صفحہ نمبر 575، مطبوعہ جامعہ نظامیہ لاہور)

5۔ شاہ ولی اللہ محدث دہلوی علیہ الرحمہ اپنی کتاب "زبدۃ النصائح" میں مندرج فتویٰ میں لکھتے ہیں۔ اگر کسی بزرگ کی فاتحہ کے لئے ان کی روح مبارک کو ایصال ثواب کے قصد سے ملیدہ اور کھیر پکائیں اور کھلائیں تو مضائقہ نہیں، جائز ہے اور خدا کی نذر کا کھانا اغنیاء کے لئے حلال نہیں۔ لیکن اگر کسی بزرگ کے نام کی فاتحہ دی جائے تو اس میں اغنیاء کو کھانا بھی جائز ہے (زبدۃ النصائح) (فتاویٰ رضویہ (جدید)، جلد 9، صفحہ نمبر 575، مطبوعہ جامعہ نظامیہ لاہور)

سوال: 22 رجب المرجب کی رسم پر محض پردہ پوشی کے لئے اسے امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ کی طرف منسوب کیا گیا ہے ورنہ حقیقت میں یہ رسم حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ کی وفات کی خوشی میں شیعہ حضرات نے جاری کی ہے؟

جواب: سرور کونین ﷺ کا ارشاد ہے جو کہ بخاری شریف کی سب سے پہلی حدیث ہے۔

حدیث شریف: اعمال کا دارومدار نیتوں پر ہے۔ شیعہ حضرات کی جو بھی نیت ہو، وہ اپنی نیت کے ذمہ دار ہیں۔ ہم اہلسنت وجماعت کی نیت صرف اور صرف امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ کے ایصال ثواب کی ہے جسے ہم اہلسنت عرصہ دراز سے کرتے چلے آرہے ہیں۔

عقلی دلیل: 18 ذی الحجہ کو تمام مسلمان یوم شہادت عثمان غنی رضی اللہ عنہ مناتے ہیں جبکہ پوری دنیا کے شیعہ اس دن عید غدیر مناتے ہیں۔ نئے کپڑے پہنتے ہیں اور خوشیاں مناتے ہیں تو کیا ہم اس بناء پر کہ اس دن شیعہ عید مناتے ہیں، ہم حضرت عثمان غنی رضی اللہ عنہ کا یوم شہادت منانا چھوڑ دیں؟ نہیں ہرگز نہیں چھوڑیں گے۔ اس لئے کہ ہماری نیت یوم شہادت منانے کی ہے۔

عقلی دلیل: شیعہ حضرات دس محرم الحرام کو شہدائے کربلا کا سوگ مناتے ہیں اور ماتم کرتے ہیں جبکہ پوری دنیا کے مسلمان دس محرم الحرام کو شہدائے کربلا کی یاد مناتے ہیں۔ ان کے لئے ایصال ثواب کا اہتمام کرتے ہیں تو کیا ہم اس بناء پر کہ وہ سوگ وماتم کرتے ہیں۔ ہم یوم شہادت منانا چھوڑ دیں؟ ان کے لئے ایصال ثواب کا اہتمام کرنا چھوڑ دیں؟ نہیں، ہرگز نہیں چھوڑیں گے۔ اس لئے کہ ہماری نیت شہدائے کربلا کے ایصال ثواب کی ہے۔

سوال: حضرت امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ کے وصال کی تاریخ مورخین کے نزدیک 15 رجب المرجب ہے اور حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ کے وصال کی تاریخ 22 رجب المرجب ہے؟

جواب: جس طرح حضرت امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ کی وصال کی تاریخ میں اختلاف پایا جاتا ہے اسی طرح حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ کی وصال کی تاریخ میں مختلف اقوال ہیں۔ کسی کے نزدیک 22 رجب، کسی کے نزدیک 24 رجب اور کسی کے نزدیک 26 رجب ہے۔ چلیں مان لیتے ہیں کہ 22 رجب المرجب ہی حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ کا یوم وصال ہے پھر تو ہمارے لئے اور بھی فیوض وبرکات حاصل کرنے کا موقع مل گیا۔ وہ اس طرح کہ جب ہم 22 رجب المرجب کو نذر و نیاز پر فاتحہ پڑھیں گے تو اس کا ثواب امام جعفر صادق رضی اللہ عنہ کے ساتھ ساتھ حضرت امیر معاویہ رضی اللہ عنہ کو بھی ایصال کردیں گے۔

سوال: کونڈے کی نیاز میں کیا پڑھنا، پڑھوانا یا سننا سنانا چاہئے؟

جواب: ہمارے یہاں یہ رواج ہے کہ گھر کی چند خواتین ایک جگہ جمع ہوکر "لکڑ ہارے کی کہانی، داستان عجیب، دس بیبیوں کی کہانی، جناب سیدہ کی کہانی اور شہزادے کا سر نامی من گھڑت قصے اور کہانیاں پڑھ کر سناتی ہیں۔ واضح رہے کہ یہ سب کہانیاں ہی ہیں۔ اس کا حقیقت سے کوئی تعلق نہیں۔ ویسے تو سورۂ فاتحہ اور دیگر سورتوں کی تلاوت کرکے بھی نیاز تقسیم کی جاسکتی ہے۔ اگر آپ کو واقعی سچے واقعات سنانے ہیں تو علمائے اہلسنت کی کتابوں سے پڑھ کر سنائیں تاکہ لوگوں تک صحیح معلومات پہنچے۔

مفتی عبدالرحمن مدنی

شام کی بیٹی کی عظمت کو سلام

اسپتال کے ڈائریکٹر ابوموسی نے ہماری دو جماعتیں بنا دیں اور یہ مریضوں کی رعایت اور اسپتال میں ان کی کثرت کے سبب ایک مناسب فیصلہ تھا۔ مجھے سیلانی بھائی اور استاد جی کو ابوموسی ایک کمرے میں لے گئے جہاں اک نوجوان لڑکی اسکارف لئے ہوئے بڑی سی چادر میں ملبوس بیڈ پر بیٹھی تھی اور ایک نوجوان بیڈ کے کنارے پر کھڑا تھا۔ لڑکی کا نام نغم تھا اور بیڈ کے کنارے کھڑا لڑکا اس کا شوہر تھا۔ نغم اک مونٹیسری اسکول ٹیچر تھی، اسکی کلاس میں 25 بچے تھے وہ پڑھا رہی تھی جب اسکول پر بمباری کا آغاز ہوا اسے کلاس کی کھڑکی سے سامنے دھواں اٹھتا نظر آرہا تھا۔ فیصلے کا وقت تھا۔ مگر کتنا؟ ایک منٹ یا چند سیکنڈ یا ایک لمحہ، وہ تندرست و توانا تھی، اک جست میں کلاس سے نکل کر دوڑ لگاتے ہوئے بمباری کے دائرے سے نکل سکتی تھی۔ وہ جانتی تھی کہ بمباری کیسے ہوتی ہے؟ اڑتے ہوئے تیز جہاز ایک دائرے کی شکل میں بمباری کرتے ہوئے نکلتے اور پھر واپس پلٹتے ہیں اور اسکول کے اک حصے کی تباہی کا مطلب تھا کہ اب چند لمحوں کے وقفے سے باقی حصے پر بھی بم گرنے والے ہیں۔ اور پھر۔ بارہ اور پھر۔ بار بار.... اسے بس چند میٹر دور جانا تھا۔ لیکن اسے بس ایک لمحہ لگا فیصلہ کرنے میں۔

اس نے بچوں سے کہا کہ سب اپنی جگہ بیٹھے رہو، اس نے لپک کر دو بچے اٹھائے اور دوڑ لگا دی، انہیں چند میٹر دور محفوظ مقام تک پہنچایا اور پھر زخمی ہرنی کی مانند مڑی اور زقند لگا کر کلاس میں پہنچی۔ دو بچے اور اٹھائے، باقی بچوں کو پھر اپنی جگہ رہنے کی تاکید کرتے ہوئے اس نے دوڑنے پر پوری توانائی لگا دی۔ کچھ بچے جو دوڑ سکتے تھے انہیں بھی ساتھ لیتی رہی۔ نغم کے جسم میں پارہ اور ٹانگوں میں کرنٹ بھر گیا تھا۔ وہ دیوانہ وار بچوں کو چند میٹر کی دوری پر پہنچا رہی تھی۔ پلے گروپ کے یہ بچے اک لائن میں تیزی سے بھاگ کر بھی جانے کے قابل نہ تھے، وہ بھاگتے تو گر جاتے، یا خوفزدہ ہو کر دائیں بائیں دوڑ پڑتے اور وہ کسی ایک کے پیچھے دوڑتی تو اتنے میں باقی بچے کہیں اور نکل چکے ہوتے۔ اسے جو کرنا تھا، بہت جلدی، بہت تیزی سے، مگر انتہائی ہوش مندی سے کرنا تھا۔ اس نے بمباری سے بچنے اور بچانے کی کئی کلاسز پچھلے چند سالوں میں بارہا لی تھیں۔ اور آج اسکا پریکٹیکل تھا۔ اس نے چند منٹ میں 24 بچوں کو محفوظ مقام پر پہنچا دیا۔ آخری بار میں قریب ہوتے جہاز کی آواز کے ساتھ گرتے بموں کے دھماکے اسے قریب سے قریب تر سنائی دے رہے تھے۔ جب وہ آخری بچی کو کلاس سے اٹھائے باہر لپک رہی تھی، تب اک بم اسکی کلاس کے ساتھ والے کمرے پر گرا، اور پھر وہ بے ہوش ہوتی چلی گئی، آخری بات، جو اسے یاد تھی، وہ یہ تھی کہ اس نے ایمان نامی اس ڈھائی سالہ بچی کو اپنے مہندی لگے ہاتھوں سے دبوچ کر اپنے سینے کے نیچے چھپا کر خود کو اسکی ڈھال بنا لیا تھا۔ اور آخری احساس یہ تھا کہ اسکی ٹانگوں پر کسی نے پہاڑ رکھ دیا ہے۔ دھواں، گرد و غبار، بارود کی بو اور شدید تکلیف کے احساس کے ساتھ وہ ہوش و حواس سے بیگانہ ہوتی چلی گئی۔ مگر اسے ایمان کی چیخیں یاد تھیں۔ کاش ایمان بچ جائے، یہ اسکی آخری دلی خواہش تھی۔ جب اسے ہوش آیا تو اسے نہیں معلوم تھا کہ وہ کہاں ہے؟ اس نے سمجھنے کی کوشش کی، لیکن شدید تکلیف کے احساس نے اک مرتبہ پھر اس کے ہوش و حواس چھین لیے، جب اسے صحیح طریقے سے ہوش آیا تو اس کا زندگی بھر کا ہم سفر اس کا شوہر عماد اس کے پاس ہی کھڑا تھا۔ وہ تباہ حال اسپتال کے خستہ حال بیڈ پر تھی، اس نے مسکرانے کی کوشش کرتے ہوئے پہلا سوال ایمان کے بارے میں کیا۔ اسے بتایا گیا کہ نہ صرف ایمان بالکل ٹھیک ہے، بلکہ اس کی ہمت نے پورے پچیس بچوں کو نئی زندگی دی ہے۔ اس کی آنکھیں خوشی سے نم ہو گئیں۔ پھر اسے کسی کمی کا احساس ہوا، وہ اپنے نچلے دھڑ کو محسوس نہیں کر پا رہی تھی۔ اس نے ہلنے کی کوشش کی، مگر شاید پیٹ پر موجود بیلٹ سے اسے باندھ دیا گیا تھا۔ اس نے سوالیہ نظروں سے شوہر کی طرف دیکھا۔ اس کے چہرے پر پھیکی سی مسکان اور آنکھوں میں آنسو تھے۔ اصل بات یہ تھی کہ چھت کا حصہ اس کے نچلے دھڑ پر آ گرا تھا۔ چنانچہ اس کی دونوں ٹانگیں جڑ سے کاٹ دی گئیں تھیں۔ شدید کرب اور اذیت سے وہ اک بار پھر حواس چھوڑ رہی تھی۔ اس وقت اس کے ہم سفر نے پیار سے اس کا ہاتھ تھاما اور گال تھپتھپاتے ہوئے کہا: نغم! تم شجاعت کی ایک مثال ہو۔ تم نے میرا سر فخر سے بلند کر دیا ہے۔ پورے اسکول میں واحد کلاس تمہاری ہے، جس کے سب بچے مکمل سلامت اور محفوظ ہیں، تم نے سب کو جان پر کھیل کر اور ایمان کو تو تم نے گویا اپنی جان دے کر بچایا ہے۔ میں ہمیشہ تمہارے ساتھ ہوں، ہر لمحہ ہر پل، ہم یہاں بھی ساتھ ہیں اور جنت میں بھی ساتھ ہوں گے، ان شاء اللہ۔ مجھے ہی نہیں، بلکہ ہم سب کو تم پر فخر ہے۔ وہ بے ہوش ہوتے ہوتے پھر ہوش میں آتی چلی گئی۔ اس کے ہم سفر عماد کے الفاظ اس کی سماعتوں میں رس گھولتے ہوئے اسے اعتماد کی نئی دنیا سے روشناس کرا گئے۔ دھیرے دھیرے کمرہ بھرتا چلا گیا۔ بچے، ان کی مائیں، اس کی کولیگز، سب آ رہے تھے، سب اسے سراہ رہے تھے۔ اس کے ہونٹوں پر بھی مطمئن سی مسکان پھیل گئی۔ اس کا ایمان، اس کی ایمان اور اس کا بھرم، سب بچ گیا تھا۔ ٹانگیں تو جنت میں پھر سے مل جائیں گے، ان شاء اللہ۔ عماد نے اپنا کہا ہر لفظ نبھایا۔ اس کا خیال رکھا۔۔ اسے اٹھائے اٹھائے ترکی لے آیا۔ شام میں علاج کی سہولیات کم تھیں اور وہاں اس کے زخم بھر رہے تھے نہ خون رک رہا تھا۔ اس لئے عماد اسے ترکی لایا تھا۔ وہ پچھلے کئی مہینوں سے یہاں ابوموسی کے ہاسپٹل میں تھی۔۔ اس کے مزید دو آپریشن ہوئے، اور اب بس انتظار تھا کہ میڈیکیشن مکمل ہو اور وہ مصنوعی ٹانگوں پر بغیر سہارے کے چل سکے۔۔ اس کی تربیت جاری تھی اور یہ سب عماد کے ساتھ سے ممکن ہوا تھا، وہ اسے گود میں اٹھائے گھومتا ہے۔ وہ اب بھی اس کے سرہانے کھڑا تھا۔ تب ہی وہ ہماری آمد پر کھڑی نہیں ہوئی تھی۔ کہ اس کی تو ٹانگیں شہید ہو چکی تھیں۔۔۔ وہ سچ میں بچوں میں بہت مقبول معلمہ ہو گی۔ وہ بہت پیاری ہے، اتنا ہی پیارا اس کا لب و لہجہ۔ دھیما سا۔ مگر اس میں اعتماد اور سنجیدگی کی سختی بھی ہے۔ نغم۔ اک نغمہ۔ اک گیت۔ زندگی کا اک حسین روشن استعارہ۔ جس کے وجود کو بشار کی درندگی اور ولایت فقیہ کی سفاکیت نے کچل ڈالا۔ لیکن وہ اس کے عزم و حوصلے اور ہمت کو نہ چھین سکے۔ جو اس کا اصل اثاثہ اور خزانہ ہے۔ اس کا وجود چادر میں ڈھکا ہوا تھا اور وہ بیڈ کے سرہانے ٹیک لگائے بیٹھی سیلانی کے سوالوں کے جوابات دے رہی تھی۔ ترجمہ کرتے کرتے کئی بار میری زبان لڑکھڑائی اور نمکیں پانی قریب تھا کہ چھلک جائے۔ مگر استاد جی کی تنبیہانہ ہنکاروں نے روک دیا اور میں نے نغم کا دل کھٹا کرنے سے بہتر جانا کہ اپنے حلق کو نمکیں کر لوں، میں آنسو پیتا اور رندھے ہوئے لہجے میں بولتا چلا گیا۔ سیلانی نے پوچھا۔ کوئی افسوس؟ اگر تم نکل جاتیں تو آج اس حال میں نہ ہوتیں۔ سیلانی بہت پیارا بہت نرم انسان ہے مگر وہ اک مکمل پیشہ ور صحافی ہے، وہ اپنے پیشے سے خیانت نہیں کرتا۔ وہ اندر تک اتر کر حقیقت ڈھونڈ لاتا ہے۔ میں نے بادل ناخواستہ نغم کے سامنے یہ سوال دہرا دیا۔ ارے۔ افسوس کیسا۔ میرے اللہ کا شکر ہے۔ میرا نام نغم ہے اور میں سرزمین انبیاء شام کی بیٹی ہوں۔ یہ تو نصیب کا لکھا ہے۔ اس سے مفر نہیں۔ مگر میں اب آئینہ دیکھ سکتی ہوں۔ مجھے آئینے سے آنکھیں نہیں چرانی پڑتیں۔ اللہ نے مجھ سے درست فیصلہ کرایا۔ ورنہ میں تو خجالت سے مر جاتی۔ اگر اس وقت ان معصوموں کو چھوڑ کر وہاں سے بھاگ جاتی تو سلامت بھی رہتی تو شرم سے مر جاتی۔۔ کوئی شامی لڑکی ایسا نہیں کر سکتی۔ نہ کرتی اور نہ میں نے ایسا کیا۔ مجھے جسم کے ایک حصے کی شہادت کا دکھ ہے، بے شک، لیکن اپنے وہاں رکنے کا مجھے نہ صرف یہ کہ افسوس نہیں، بلکہ یہی تو میرے زندگی بھر کا فخر ہے۔ میں نے اس سب کا ترجمہ بہت جوش سے کیا۔ جیسے میں سیلانی کو کچھ جتا رہا ہوں۔ سیلانی بھی طمانینت سے مسکرا دیا۔ جیسے اسے معلوم تھا کہ جواب کیا آئے گا۔ کوئی خواہش۔؟ سیلانی نے پوچھا؟۔۔۔ اس نے کہا۔ خواہشیں تو بہت ہیں۔ بشار اور اس کے سرپرست اور ساتھی اپنے کیے کی، دنیا میں بھی سزا بھگتیں اور امت کی مشکلات ختم ہوں۔ پھر اس نے مسکرا کر اپنے باوفا ہم سفر کی طرف دیکھا اور کہا: سب بہنوں اور بیٹیوں کے شوہر ایسے ہی وفادار اور ساتھ دینے والے ہوں۔ یہ میری دلی دعا ہے۔۔ یہ کائنات کی حسین جوڑی تھی۔ سامنے دیوار کے ساتھ اس کی مصنوعی ٹانگیں رکھی تھی۔ ابوموسی بھی مسکرا رہا تھا اور استاد جی کا چہرہ بتا رہا تھا۔ وہاں دکھ کے سمندر میں فخر و انبساط کی لہریں موج زن ہیں۔ جب نغم عربی میں جواب دیتی تو میں اس کے بجائے استاد جی کا چہرہ دیکھ رہا ہوتا تھا۔ جنہیں ترجمے کی چنداں ضرورت نہ تھی اور زبان کی باریکیوں اور لب و لہجے کی نزاکتوں کو وہ مجھ سے لاکھ گنا بہتر جانتے ہیں۔ جب نغم نے کہا تھا: میں سرزمین انبیاء شام کی بیٹی ہوں، میرا نام نغم ہے، میں زندہ اس لئے ہوں کہ میں وہاں سے جان بچا کر نہیں بھاگی۔ بھاگ جاتی تو میں مر جاتی۔ اور اگر میں بچوں کو بچاتے ہوئے مر بھی جاتی تو ہمیشہ زندہ رہتی۔ استاد جی کا چہرہ دمک رہا تھا اور چہرے کے عضلات پھڑک رہے تھے۔ میں استاد جی کو جانتا ہوں۔ شجاعت اور اولو العزمی تو ان کی کمزوری ہے۔ مجھے لگا، شریعت کی اجازت ہوتی تو وہ اٹھ کر اپنی اس بیٹی کا ماتھا چوم لیتے۔ نغم کے جوابات، اس کے لب و لہجے، اس کے حوصلے نے استاد جی کو ہلا کر رکھ دیا تھا۔ ان کے جذبات میں اک طلاطم برپا تھا.... سیلانی بتاؤ۔ اس قوم کو کوئی شکست دے سکتا ہے؟ استاد جی نے بھیگتے سینے، دہکتے لہجے اور گرجتی آواز میں سیلانی سے کہا۔۔ پھر یک دم میری طرف دیکھ کر بولے: "مدنی! میری بیٹی سے کہو۔۔۔ تم پوری امت کا فخر ہو"۔۔ پتہ نہیں، استاد جی نے ڈائریکٹ اس سے کیوں نہیں کہا؟۔۔۔ "بیٹی سے کہو۔۔۔ تم اک مثال ہو۔۔۔ بیٹی سے کہو۔۔۔ ہم تمہارے مجرم ہیں۔۔۔ بیٹی سے کہو، ہمیں معاف کر دے۔۔۔ مدنی!

رٹا اسکولنگ سسٹم

شمالی یورپ کا ایک چھوٹا سا ملک فن لینڈ بھی ہے جو رقبے کے لحاظ سے 65 نمبر آبادی کے اعتبار سے دنیا میں 114ویں نمبر پر ہے۔ ملک کی کل آبادی 55 لاکھ کے لگ بھگ ہے لیکن آپ کمال دیکھیں اس وقت تعلیمی درجہ بندی کے اعتبار سے فن لینڈ پہلے نمبر پر ہے جبکہ "سپر پاور" امریکا 20ویں نمبر پر ہے۔ 2020ء تک فن لینڈ دنیا کا واحد ملک ہوگا جہاں مضمون (سبجیکٹ) نام کی کوئی چیز اسکولوں میں نہیں پائی جائے گی۔ فن لینڈ کا کوئی بھی اسکول زیادہ سے زیادہ 195 بچوں پر مشتمل ہوتا ہے جبکہ 19 بچوں پر ایک ٹیچر۔ دنیا میں سب سے لمبی بریک بھی فن لینڈ میں ہی ہوتی ہے۔ بچے اپنے اسکول ٹائم کا 75 منٹ بریک میں گزارتے ہیں، دوسرے نمبر پر 57 منٹ کی بریک نیویارک کے اسکولوں میں ہوتی ہے جبکہ ہمارے یہاں اگر والدین کو پتہ چل جائے کہ کوئی اسکول بچوں کو پڑھانے کے بجائے اتنی لمبی بریک دیتا ہے تو وہ اگلے دن ہی بچے اسکول سے نکلوا لیں۔۔۔۔ خیر، آپ دلچسپ بات ملاحظہ کریں کہ پورے ہفتے میں اسکولوں میں محض 20 گھنٹے "پڑھائی" ہوتی ہے۔ جبکہ اساتذہ کے 2 گھنٹے روزانہ اپنی "اسکلز" پڑھانے پر صرف ہوتے ہیں۔ فن لینڈ میں ٹیچر بننا ڈاکٹر اور انجینئر بننے سے زیادہ مشکل اور اعزاز کی بات ہے۔ پورے ملک کی یونیورسٹیز کے "ٹاپ ٹین" ماسٹرز کیے ہوئے طالبعلموں کو ایک خصوصی امتحان کے بعد اسکولوں میں بطور ٹیچر رکھا جاتا ہے۔ سات سال سے پہلے بچوں کے لیے پورے ملک میں کوئی اسکول نہیں ہے اور پندرہ سال سے پہلے کسی بھی قسم کا کوئی باقاعدہ امتحان بھی نہیں ہے کہ جس میں ماں باپ بچے کی نیندیں حرام کر دیں۔ ان کے کھیلنے اور بھاگنے دوڑنے پر پابندی لگ جائے، دروازے کھڑکیاں بند کر کے انہیں گھروں میں "نظر بند" کر دیا جائے۔ گھر میں آنے والے مہمانوں سے ملنے تک پر پابندی عائد کر دی جائے اور گھر میں مارشل لاء اور کرفیو کا سا سماں بندھ جائے۔ پورے ملک میں تمام طلبہ وطالبات کے لیے ایک ہی امتحان ہوتا ہے۔ ریاضی کے ایک استاد سے پوچھا گیا کہ آپ بچوں کو کیا سکھاتے ہیں تو وہ مسکراتے ہوئے بولے "میں بچوں کو خوش رہنا اور دوسروں کو خوش رکھنا سکھاتا ہوں، کیونکہ اس طرح وہ زندگی کے ہر سوال کو باآسانی حل کر سکتے ہیں"۔۔۔ آپ جاپان کی مثال لے لیں تیسری جماعت تک بچوں کو ایک ہی مضمون سکھایا جاتا ہے اور وہ "اخلاقیات" اور "آداب" ہیں۔ حضرت علیؓ نے فرمایا جس میں ادب نہیں اس میں دین نہیں"۔ مجھے نہیں معلوم کہ جاپان والے حضرت علیؓ کو کیسے جانتے ہیں اور ہمیں ابھی تک ان کی یہ بات معلوم کیوں نہ ہو سکی۔ بہرحال، اس پر عمل کی ذمہ داری فی الحال جاپان والوں نے لی ہوئی ہے۔ ہمارے ایک دوست جاپان گئے اور ایئر پورٹ پر پہنچ کر انہوں نے اپنا تعارف کروایا کہ وہ ایک استاد ہیں اور پھر ان کو لگا کہ شاید وہ جاپان کے وزیراعظم ہیں۔ یہ ہے قوموں کی ترقی اور عروج وزوال کا راز۔ اشفاق احمد صاحب کو ایک دفعہ اٹلی میں عدالت جانا پڑا اور انہوں نے بھی اپنا تعارف کروایا کہ میں استاد ہوں وہ لکھتے ہیں کہ جج سمیت کورٹ میں موجود تمام لوگ اپنی نشستوں سے کھڑے ہو گئے اس دن مجھے معلوم ہوا کہ قوموں کی عزت کا راز استادوں کی عزت میں ہے۔ آپ یقین کریں استادوں کو عزت وہی قوم دیتی ہے جو تعلیم کو عزت دیتی ہے اور اپنی آنے والی نسلوں سے پیار کرتی ہے۔ جاپان میں معاشرتی علوم "پڑھائی" نہیں جاتی ہے کیونکہ یہ سکھانے کی چیز ہے اور وہ اپنی نسلوں کو بہت خوبی کے ساتھ معاشرت سکھا رہے ہیں۔ جاپان کے اسکولوں میں صفائی ستھرائی کے لیے بچے اور اساتذہ خود ہی اہتمام کرتے ہیں، صبح آٹھ بجے اسکول آنے کے بعد سے 10 بجے تک پورا اسکول بچوں اور اساتذہ سمیت صفائی میں مشغول رہتا ہے۔ دوسری طرف آپ ہمارا تعلیمی نظام ملاحظہ کریں جو صرف نقل اور چھپائی پر مشتمل ہے، ہمارے بچے "پبلشرز" بن چکے ہیں۔ آپ تماشہ دیکھیں جو کتاب میں لکھا ہوتا ہے اساتذہ اسی کو بورڈ پر نقل کرتے ہیں، بچے دوبارہ اسی کو کاپی پر چھاپ دیتے ہیں، اساتذہ اسی نقل شدہ اور چھپے ہوئے مواد کو امتحان میں دیتے ہیں، خود ہی اہم سوالوں پر نشانات لگواتے ہیں اور خود ہی پیپر بناتے ہیں اور خود ہی اس کو چیک کر کے خود نمبر بھی دے دیتے ہیں، بچے کے پاس یا فیل ہونے کا فیصلہ بھی خود ہی صادر کر دیتے ہیں اور ماں باپ اس نتیجے پر تالیاں بجا بجا کر بچوں کے ذہین اور قابل ہونے کے گن گاتے رہتے ہیں، جن کے بچے فیل ہو جاتے ہیں وہ اس نتیجے پر افسوس کرتے رہتے ہیں اور اپنے بچے کو "کوڑھ مغز" اور "کند ذہن" کا طعنہ دیتے رہتے ہیں۔ آپ ایمانداری سے بتائیں اس سب کام میں بچے نے کیا سیکھا، سوائے نقل کرنے اور چھاپنے کے؟ ہم 13، 14 سال تک بچوں کو قطار میں کھڑا کر کر کے اسمبلی کرواتے ہیں اور وہ اسکول سے فارغ ہوتے ہی قطار کو توڑ کر اپنا کام کرواتے ہیں، جو جتنے بڑے اسکول سے پڑھا ہوتا ہے قطار کو روندتے ہوئے سب سے پہلے اپنا کام کروانے کا ہنر جانتا ہے۔ ہم پہلی سے لے کر اور دسویں تک اپنے بچوں کو "سوشل اسٹڈیز" پڑھاتے ہیں اور معاشرے میں جو کچھ ہو رہا ہے وہ یہ بتانے اور سمجھانے کے لیے کافی ہے کہ ہم نے کتنا "سوشل" ہونا سیکھا ہے؟ اسکول میں سارا وقت سائنس "رٹتے" گزرتا ہے اور آپ کو پورے ملک میں کوئی "سائنس دان" نامی چیز نظر نہیں آئے گی کیونکہ بدقسمتی سے سائنس "سیکھنے" کی اور خود تجربہ کرنے کی چیز ہے اور ہم اسے بھی "رٹا" لگواتے ہیں۔ آپ حیران ہوں گے میٹرک کلاس کا پہلا امتحان 1858ء میں ہوا اور برطانوی حکومت نے یہ طے کیا کہ برصغیر کے لوگ ہماری عقل سے آدھے ہوتے ہیں اس لیے ہمارے پاس "پاسنگ مارکس" 65 ہیں تو برصغیر والوں کے لیے 32 اعشاریہ 5 ہونے چاہئیں۔ دو سال بعد 1860ء میں اساتذہ کی آسانی کے لیے پاسنگ مارکس 33 کر دیے گئے اور ہم 2018 میں بھی ان ہی 33 نمبروں سے اپنے بچوں کی ذہانت کو تلاش کرنے میں مصروف ہیں۔ میرا خیال ہے کہ اسکولز کے پرنسپل صاحبان اور ذمہ دار اساتذہ آرام سے جوڑ کر بیٹھیں اس "گلے سڑے" اور "بوسیدہ" نظام تعلیم کو اٹھا کر پھینکیں، بچوں کو "طوطا" بنانے کے بجائے "قابل" بنانے کے بارے میں سوچیں۔ یہ اکیسویں صدی ہے دنیا چاند پر پہنچ رہی ہے اور ہم ابھی تک رٹا سسٹم کو سینے سے لگائے بیٹھے ہیں۔

میری بیٹی سے کہو۔ ابولبابہ شرمندہ ہے۔۔۔ مدنی! بیٹی سے کہو۔۔۔ تم نے اکیلے بشار کی ساری فوجوں کو، باطل کے سارے لشکروں کو شکست دے دی ہے۔۔۔ بیٹی سے کہو۔ فتح حق کی ہے۔۔۔ بیٹی سے کہو۔ ہمارے لیے دعا کرے کہ اللہ پاک ہمیں غیرت دے، حوصلہ دے۔۔۔ مدنی! بیٹی سے کہو کہ اس کا باپ، اس کا بھائی اسے سلام پیش کرتا ہے۔" استاد جی رک رک کر بولتے چلے گئے۔ میں ترجمہ کرتا چلا گیا پھر استاد جی یک دم اٹھے۔۔ مجھے لگا وہ چلے جائیں گے۔۔۔ وہ باہر کے بجائے دو قدم نغم کے بیڈ کی طرف بڑھے، پھر انہوں نے عماد کے دونوں کندھوں پر ہاتھ رکھ دیے، میری طرف گہری نظر سے دیکھا اور عماد کا ماتھا چوم لیا۔۔ میں تھرا کر رہ گیا۔۔ "یہ اس کا جذبہ اور اس کی ہمت اک خاص وقت کی ہے۔۔ مگر اب اس کی ہمت تم ہو۔۔ اس کے لب ولہجے کا اعتماد تم ہو۔۔۔ اس کی شجاعت تمہارے دم قدم سے ہے۔۔ میرے بیٹے تم عظیم ہو۔۔ یہ تمہارے ساتھ جنت جانا چاہتی ہے۔۔ تم جنت تک اس کے ساتھ کھڑے رہنا۔ تم اس کا غرور ہو، تم ہمارا فخر ہو۔۔ کاش، ہر بیٹا، ہر شوہر تم جیسا ہو جائے۔۔" استاد جی کا ٹھہرا ہوا لہجہ۔۔ الفاظ کی فصاحت۔۔ لہجے کا ٹھہراؤ۔۔ الفاظ کا چناؤ۔۔ نغم کے چہرے پر روشنیاں کوندرہی تھیں اور عماد کی آنکھیں چمک رہی تھیں۔۔۔ "میرے بیٹے! تم میری بیٹی کا دھیان رکھنا۔ یہ لو میرا نمبر۔" استاد جی نے ایک کاغذ کا ٹکڑا اسے دیا۔۔ جانے کب لکھا تھا نمبر۔۔ وہ مانگنے پر بھی کم ہی نمبر دیتے ہیں۔۔ "ہمیشہ ایسا ہی رہنا۔ بس۔۔ اللہ تمہاری جوڑی سلامت رکھے۔۔ میری بیٹی کی طاقت تم ہو۔۔ تمہیں سلام پیش کرتا ہوں۔۔" اس نے استاد جی کے ہاتھ تھام لیے۔۔ کہا: "بے فکر رہیں۔۔ پہلے عزم تھا۔۔ پیار تھا۔۔ اب آپ سے وعدہ بھی ہے۔۔ پیارے آقا ﷺ کا فرمان یاد آ گیا۔۔ سب سے بہترین پیار کرنے والوں میں میاں بیوی کا رشتہ ہے۔۔" استاد جی نے پھر اس کا ماتھا چوما اور اس نے استاد جی کے ہاتھ کی پشت۔۔ پھر ہم نے بھی اجازت چاہی۔۔۔ نغم نے کہا: "آج آپ نے باپ اور بھائیوں والا پیار دیا ہے۔۔ کبھی نہیں بھولوں گی۔۔" ہم نے سلام کر کے قدم باہر کی طرف بڑھا دیے۔ ابھی نہ جانے اور کیا کیا دیکھنا تھا۔

ابوموسیٰ تو آج بھی تاجر ہی تھا۔ درد کا تاجر۔ محبت خدمت اور اخوت کے پیغام کا تاجر۔ اس کی تجارت تو بہت بڑی ہو گئی تھی۔ اور وہ بہت نفع کما رہا تھا۔ وہ دکانیں چھوڑ آیا تھا۔ مگر اس نے سمندر اور جزیرے خرید لیے تھے۔ دکھوں کے سمندر اور ان سمندروں میں محبت۔ خدمت اور راحت کے جزیرے۔ ہاں ابوموسیٰ کی تجارت بہت پھیل گئی تھی۔ اس نے بہت نفع کا سودا کیا تھا۔ اس نے اپنے اللہ سے تجارت کر لی تھی۔ جہاں خسارہ ہے ہی نہیں۔ من ذا الذی یقرض اللہ قرضا حسنا فیضعفہ لہ ولہ اجر کریم

مفتی ابولبابہ شاہ منصور

سمر کیمپ — آبادی/بربادی

انسان کی فطرت ہے کہ وہ مثالوں سے سیکھتا ہے، لیکن وہ مثال بناتا کسے اور اپناتا کیسے ہے؟ یہ اہم مسئلہ ہے۔ ہمارے ہاں بچوں کی تربیت کے لیے مغربی معاشرت کو مثال بنایا جاتا ہے۔ آداب و اخلاق ہوں یا جنسی تعلیم، مغرب جس رخ کو چلے ہمیں وہی رخ اختیار کرنے کو کہا جاتا ہے، جبکہ مغرب کا قارورہ ہم سے کسی چیز میں نہیں ملتا۔ وہاں تمام جام بلوریں ہیں، جبکہ ہمارے پاس فقط پرانا مٹکا ہے۔ ترکی زمان و مکان، موسم و مزاج کے اعتبار سے مغرب کے دہانے پر واقع ہے، مگر وہ مغرب کی تقلید کے بجائے زمانے میں پنپنے کے آزاد رویے دنیا میں متعارف کروا رہا ہے۔ وہاں بچوں کی صحت و تعلیم پر بھرپور توجہ کے ساتھ انہیں مقصد زندگی کی تفہیم اور آفاقی انسانی آداب سے متصف کرنے کے لیے عجیب و غریب مثالی رویے اختیار کیے جاتے ہیں۔ انہیں جنسی تعلیم کے ذریعے جنسیت زدہ انسان بنانے کے بجائے ایسی اخلاقی تعلیم و تربیت کا اہتمام کیا جاتا ہے جو معاصر دنیا میں ایک مثالی مثال بنتی جا رہی ہے۔ حال ہی میں خبر آئی ہے کہ دو ہزار حافظ بچوں کو ترک حکومت نے عمرہ پر بھیجا ہے۔ راقم الحروف کو اس طرح کے چند اور تربیتی منصوبوں کے براہ راست مشاہدے کا موقع ملا ہے، اس لیے ان کے حوالے سے کچھ معروضات پیش خدمت ہیں۔ کارپردازانِ ملت سے گزارش ہے کہ ہم مغرب کی پیروی سے ترقی حاصل کرنا چاہتے ہیں، جبکہ ترقی انصاف سے ملتی ہے، اور انصاف یہ ہے کہ ہم لوگ اپنی قوم کے ساتھ انصاف نہیں کر رہے۔ خصوصاً بچوں اور خواتین کے ساتھ۔ ترکی میں طویل جبریہ سیکولر نظام تھوپے جانے کے بعد نفسیات شناسی اور معاملہ فہمی کے ساتھ نئی نسل کی تربیت کی جا رہی ہے۔

جب بچہ سات سال کا ہو جاتا ہے تو اسے نماز کی ترغیب دلانے کے لیے مقابلہ منعقد ہوتا ہے کہ جو بچہ فجر کی نماز چالیس دن تک باجماعت پڑھے گا، اسے ایک خوبصورت اور قیمتی بائیسکل دی جائے گی۔ بچے جوق در جوق فجر کی نماز کی پابندی کرتے ہیں اور جب انہیں انعام ملتا ہے تو پورے شہر میں جلوس نکالتے ہیں۔ چالیس دن تک وہ نمازی بننا سیکھ رہے تھے، اکتالیسویں دن سے وہ نماز کے داعی بن چکے ہوتے ہیں۔ جب گرمی کی چھٹیاں ہوتی ہیں تو ترکی کے طول و عرض میں مساجد میں ''حفظ القرآن سمر کیمپ'' لگائے جاتے ہیں۔ کچھ تو مسجد کی بہترین سہولتیں، کچھ پڑھانے والوں کا رویہ، کچھ انعامات اور حوصلہ افزائی سے پیدا ہونے والا جذبہ۔۔۔ عجیب و غریب ماحول ہوتا ہے۔ بچے لگن سے قرآن کریم یاد کر رہے ہوتے ہیں، والدین اور اساتذہ خوشی سے نہال ہو رہے ہوتے ہیں اور چھٹیوں چھٹیوں میں ہر سال بچوں کو قرآن کریم کا اتنا منتخب نصاب یاد ہو جاتا ہے جو عمر بھر کے لیے ان کے واسطے رحمت و برکت کا ذریعہ ہوتا ہے۔ اس طرح جو بچہ پورا قرآن کریم حفظ کر لے اسے عمرے پر بھیجا جاتا ہے جس کی ویڈیو آج کل گردش کر رہی ہے۔ ترکی میں بچوں کو خطاطی اور تزئین کا فن سکھانے کے ادارے جگہ جگہ کھلے ہوئے ہیں۔ ان کا ایک مخصوص نام اور نشان ہوتا ہے جو دور سے پہچانا جاتا ہے۔ اسکاؤٹس کی تربیت اور اولمپیاڈ کا انعقاد بہت شاندار اور مثالی ہوتا ہے۔ بلدیہ کے پارکوں میں نہایت خوبصورت آسٹروٹرف بچھے ہوئے چھوٹے چھوٹے فٹبال گراؤنڈ ہوتے ہیں۔ ان میں وردی اور جوتے پہن کر کھیلنا ضروری ہے۔ اس کی گھنٹے کے اعتبار سے فیس بھی ہوتی ہے اور گراؤنڈ کے ساتھ پانی اور جوس کی مشینیں بھی رکھی ہوتی ہیں۔ ایک مرتبہ ترکی میں بچوں کا دن منایا گیا۔ اس میں بچوں کو مستقبل کی قیادت سنبھالنے کی تربیت دینے کے لیے بڑے بڑے حکومتی عہدیداروں نے اپنی نشست کچھ وقت کے لیے بچوں کے سپرد کی۔ خود صدر ترکی نے ایک بچے کو اپنی نشست پیش کی۔ دنیا بچوں کو مستقبل کا قائد بنا رہی ہے اور ہم جنسی تعلیم کے ذریعے انہیں قبل از وقت مشتعل کر کے اپنے نفس کا اسیر بنا رہے ہیں۔ مذہب کو تو چلیں رہنے دیجیے، یہ بتائیے عقلی اور دنیوی اعتبار سے کیا زمانے میں پنپنے کی یہی باتیں ہیں؟؟؟۔۔۔ آخر میں غبارے بانٹنے والے کا واقعہ سنا کر بات ختم کرنا چاہوں گا۔ ایک مرتبہ پہلے بھی سنا چکا ہوں۔ استنبول کے ''قریۃ الصالحین'' فاتح کے علاقے اسماعیل آغا میں ہم حضرت محمود آفندی صاحب دامت برکاتہم کی خانقاہ کے باہر کھڑے تھے۔ مسجد کے دروازے پر ایک شخص غباروں بھرا تھیلا لیے کھڑا تھا۔ یہ غبارے پھولے ڈنڈے کی شکل میں لمبے لمبے تھے۔ جو بچہ گزرتا یہ اسے جھٹ سے تلوار یا تاج بنا کر پکڑا دیتا۔ ہم نے پوچھا: ''یہ کیا ماجرا ہے؟'' معلوم ہوا یہ ایک اچھے خاصے عہدے پر فائز سرکاری افسر ہے۔ فارغ وقت میں غبارے بھر کر لے آتا ہے اور بچوں میں یہ دو چیزیں (تلوار یا تاج) مفت تقسیم کرتا ہے۔ یہ بتانے کے لیے کہ جب سے ہم نے تلوار چھوڑی ہے، عزت کا تاج ہمارے سر سے اتر گیا ہے۔ بتائیے! نئی نسل کی تربیت اس طرح کی اختراعی جدتوں سے ہوتی ہے یا پھر مغرب میں کامیابی سے اخلاق باختگی پھیلانے والے پرفریب ٹوٹکوں سے۔ کوئی سمجھ کر بھی نہ سمجھے، ہمیں تو سمجھاتے رہنا ہے۔

محمد فواد

خدا را۔۔۔ مجھے ضرور پڑھیں
فتویٰ یا جہالت

ہمارے ہاں چونکہ فراغت اتنی زیادہ مقدار میں لوگوں میں پائی جاتی ہے کہ اکثر لوگ زندگی کا بیشتر حصہ صرف یہ سوچنے میں ہی گزار دیتے ہیں کہ کس طرح سے اپنی اس عظیم فراغت کو بروئے کار لاتے ہوئے کوئی ایسا شوشہ چھوڑ دیں کہ جس سے ان کی فارغ زندگی کا مقصد پورا ہو جائے۔ کفر شرک کے فتوؤں سے جان نہیں چھوٹی تھی کہ کھانوں کے ناموں پر جاہلانہ بحث شروع ہو گئی۔ اس فراغت کا بالکل نیا شکار ہماری ایک بیحد مرغوب ڈش ''حلیم'' ہے۔ کچھ لوگوں کو اچانک یہ احساس ہوا کہ ہائے! حلیم تو اللہ کی صفات میں سے ایک صفت ہے تو ہم کیسے کسی ڈش کا نام ''حلیم'' رکھ کر اسے کھا سکتے ہیں۔ فوراً ہی کسی نو مسلم کے نام کی طرح اس معصوم ڈش کے نام کو تبدیل کرنے کی مہم بھرپور مذہبی جوش و خروش سے شروع ہو گئی۔ اور چونکہ علم و عالموں کی تو ہمارے ہاں بہتات ہے تو سبھی ''علم والوں'' نے اس کار خیر میں حسب توفیق اپنا اپنا حصہ بقدر جثہ ڈالنا شروع کر دیا۔ کچھ لوگوں کا کہنا ہے کہ حلیم کو کسی اور نام سے پکارنا چاہئے کیونکہ ''حلیم'' اللہ تعالیٰ کا صفاتی نام ہے اور حلیم بنانے کے افعال کے ساتھ اس لفظ کا استعمال گستاخی کے زمرے میں آتا ہے۔ امید ہے کہ وہ اپنے مقدمات کے لئے ''وکیل'' تو نہیں کرتے ہوں گے کہ انسان کو وکیل کیسے کہا جا سکتا ہے؟ اور یا پھر وہ وکیلوں کے بارے میں مشہور ترین شعر سے بھی اتفاق نہیں کرتے ہوں گے۔ ''حکیم'' سے دوا بھی نہیں لیتے ہوں گے کہ انسان حکیم کیسے ہو سکتا ہے؟ نہ تو ان کے بچے مدرسوں میں ''اوّل'' آتے ہوں گے اور نہ ہی ان کے پاس ''آخر'' میں کچھ ''باقی'' رہ جاتا ہوگا۔ کیونکہ یہ تمام بھی اللہ تعالیٰ کے صفاتی نام ہیں۔ مرنے کے بعد ان کا کوئی ''ولی'' بھی نہیں ہوتا ہوگا کیونکہ انسان ولی کے درجے پر کیسے پہنچ سکتا ہے؟ یہ مفتیان یقیناً مقبوضہ کشمیر میں ہندوستانی افواج کو بھی ''قابض'' نہیں کہتے ہوں گے۔ ساڈی ''باری'' آن دیو کا نعرہ بھی انہیں کفار کی سازش لگتا ہوگا۔ انہی اصولوں کی بنیاد پر ''لطیفہ'' کہنا بھی بے ادبی کے زمرے میں آنے لگے گا اور ''ملک'' صاحب کہنا تو پھر سیدھا سیدھا کفر ہی ٹھہرے گا۔

لفظ ''مصوّر'' کے لئے تو پھر فتویٰ لینے کی بھی ضرورت نہیں ہے۔ کسی صحابی، ولی اللہ یا بادشاہ کو ''جلیل القدر'' کہنا شرک ٹھہرے گا اور ''شہید'' کا استعمال انسانوں کے لئے متروک قرار پائے گا۔ کسی کو ''عظیم'' کہنے پر پابندی ہوگی اور ''مقتدر'' تو تمیں کہنے پر تعزیر جاری کی جائے گی۔ کوئی انسان کسی کا ''والی'' ''وارث'' نہیں کہلائے گا کیوں کہ یہ دونوں بھی اسمائے الٰہی ہیں۔ ''ظاہر'' و ''باطن'' بھی انسانوں کے لئے ممنوع قرار پائیں گے۔ کوئی عمل یا کاروبار ''نافع'' ہوگا اور نہ کوئی مسجد یا کتاب ''جامع'' کہلائے گی۔ بیشتر اردو شاعری کو در یا برد کرنا پڑے گا کیونکہ ناہنجار شاعروں نے ''رقیب'' کی دل کھول کر برائیاں کی ہیں جو کہ اس نئے اسلامی نظام کے بالکل خلاف ہے۔ اسی ہی طرح نہ تو کوئی کام ''موخر'' کیا جا سکے گا اور نہ ہی کسی کی برائی کرتے ہوئے اسے ''منتقم'' مزاج کہنے کی اجازت ہوگی۔

یہاں پر ایک سنگین مسئلہ پر غور کرنے کی ضرورت پڑے گی کہ صدیوں سے علمائے اسلام حضرت عثمان کو ''غنی'' لکھ رہے ہیں۔ اب ان کی تمام کتابوں کو کس طرح سے درست کیا جا سکتا ہے۔ اور اس سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ آقائے دو جہاں، نبی آخر الزماں ﷺ نے تمام عمر اپنے عزیز ترین صحابی، عم زاد اور داماد کو ''علی'' کے نام سے پکارا اور یہ عمل نہ تو ربّ کائنات کی بے ادبی کا باعث بنا اور نہ ہی موجب شرک ٹھہرا۔ اب یہاں اس نئے فہم اسلام کو کیسے نافذ کیا جائے گا؟

اب کوئی ان لوگوں کو یہ کیسے سمجھائے کہ ایک زبان کا لفظ دوسری زبان میں آ کر مختلف معنی رکھ سکتا ہے۔ مثال کے طور سے انگریزی زبان کا لفظ fart نارویجین، سویڈش اور ڈچ زبانوں میں بالکل مختلف معنی رکھتا ہے۔ ان زبانوں میں Fart کا مطلب رفتار ہوتا ہے۔ اسی طرح لفظ gift جرمن زبان میں زہر کے لیے استعمال ہوتا ہے۔ اس طرح کی کئی مثالیں ہیں جن سے کوئی بھی ذرا سی محنت کر کے مستفید ہو سکتا ہے۔ آخر میں بس ان تمام لوگوں سے گزارش ہے جو کہ حلیم کو دلیم کے منصب پر فائز کر چکے ہیں کہ خدا را ایسی باتوں پر ایمان لانے سے پہلے تھوڑا سا صحیح پر سوچ ضرور لیا کریں۔ اللہ کی دی ہوئی عقل کا استعمال ضروری ہے کہ ہماری اسی غفلت کا فائدہ اٹھا کر لوگ ہمیں دین کے اصل مقصد سے دور ان خرافات میں الجھائے رکھتے ہیں اور ہم بڑی تندہی سے ان کے مکروہ عزائم میں پورے ''مذہبی جوش و جذبے'' کے تحت شامل ہو کر اصل مقصد حیات سے الگ ہو کر فضول بحث میں الجھ کر رہ جاتے ہیں۔۔۔ اللہ ہم سب کو ہدایت عطا فرمائے۔ آمین ثم آمین۔

عرق گلاب کے کرشمات

ہمارے یہاں عموماً حسن وخوبصورتی کے لیے مختلف اقسام کی بازاری چیزوں پر انحصار کیا جاتا ہے جس کی وجہ سے چہرہ دلکشی کے چند مناظر دکھانے کے بعد مختلف عوارض میں مبتلا ہو جاتا ہے کیوں کہ حسن و زیبائش کے لیے استعمال ہونے والی یہ کاسمیٹکس اشیاء عموماً کیمیائی اجزاء سے تیار کی جاتی ہیں اس لیے زیادہ تر غیر معیاری ثابت ہوتی ہیں جن کی وجہ سے انسانی چہرہ مختلف بیماریوں کا مسکن بن کر رہ جاتا ہے۔ حقیقت تو یہ ہے کہ آج سے دو تین عشرے قبل ہمارے یہاں ایسی بازاری کاسمیٹکس کا کوئی رجحان نہیں تھا۔ خواتین اپنے چہرے کی دلکشی کے لیے قدرتی اجزاء سے بنی اشیاء استعمال کرتی تھیں اور قدرتی اشیاء اور جڑی بوٹیوں کے استعمال سے ان کا چہرہ صاف شفاف اور تروتازہ رہتا تھا۔ جو خواتین حسن وزیبائش اور خصوصاً جلدی امراض سے محفوظ رہنے کے لیے عرق گلاب اور لیموں کا رس استعمال کرتی تھیں انہیں یہ جان کر اطمینان ہوگا کہ بعد میں جدید طب نے ان دونوں چیزوں کو دلکشی اور جلد کی صحت کے کا امین قرار دیا ہے۔

جلد کے لیے گوہر نایاب عرق گلاب انسانی جلد کے لیے ایک گوہر نایاب ہے اور جلدی امراض کے ماہر انہیں متعدد بیماریوں میں استعمال کرواتے ہیں۔ عرق گلاب جلد کی قوت مدافعت بڑھانے کے ساتھ ساتھ جلد میں پانی کی صحیح مقدار قائم رکھنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے جس کی وجہ سے جلد ملائم، چمکدار اور ہموار رہتی ہے۔ سردیوں میں بچوں کے چہرے پر عموماً سفید اور کھردرے نشان سے بن جاتے ہیں جن کو عموماً کیلشیم کی کمی سمجھا جاتا ہے حالانکہ یہ خیال بالکل غلط ہے۔ یہ نشان Alpa Pityriasis کہلاتے ہیں جو کہ ایک جلدی بیماری ہے۔ عرق گلاب کے مسلسل استعمال سے نہ صرف اس مرض کا علاج ممکن ہے بلکہ اس مرض کی روک تھام کے لیے یہی قدرتی دوا سستی اور موثر ترین ہے۔ عرق گلاب جلد سے پانی کے غیر ضروری اخراج کو روکتا ہے۔ عموماً گرمیوں کے دنوں میں جنہیں زیادہ پسینہ آتا ہے ان کے لیے عرق گلاب کا استعمال نہ صرف پسینے کی زیادتی کو روکتا ہے بلکہ انہیں پسینے کی بدبو سے بھی نجات دلاتا ہے۔ عرق گلاب جلد کی کئی بیماریوں میں نہایت مفید ہے۔ چہرے کی چھائیاں دور کرنی ہوں یا جلد کی رنگت میں نکھار پیدا کرنا ہو تو عموماً بازار سے کریمیں استعمال کی جاتی ہیں مگر ماہرین امراض جلد عرق گلاب کو ہی ترجیح دیتے ہیں۔ نیز ان ماہرین کا مشورہ ہے کہ چہرے کو خشکی اور جھریوں سے بچانے اور رنگت صاف کرنے کے لیے عرق گلاب میں گلیسرین اور لیموں کا رس ملا کر استعمال کیا جائے تو مطلوبہ نتائج حاصل کئے جاسکتے ہیں۔ گھریلو خواتین جن کے ہاتھوں کی انگلیاں کپڑے اور برتن دھونے والے صابن، سرف اور وم کے استعمال سے کھردری ہو کر پھٹ جاتی ہیں اور ان میں زخم بن جاتے ہیں اگر وہ گلیسرین اور عرق گلاب ملا کر دن میں تین سے چار مرتبہ استعمال کریں تو اس موذی مرض سے بچا جاسکتا ہے بعض مرد خواتین کی ایڑیاں پھٹ جاتی ہیں۔ اگر وہ عرق گلاب اور گلیسرین کا مکسچر لگائیں تو ان کی یہ بیماری ختم ہوسکتی ہے۔ عرق گلاب، زیتون اور شہد کے ساتھ ملا کر پیا جائے تو یہ جلد اور معدہ کی حفاظت کے متعدد امور انجام دیتا ہے۔ خصوصاً صرف عرق گلاب پینے سے قبض دور ہو جاتی ہے اور یہ انتڑیوں کو جراثیم سے پاک کر دیتا ہے گویا عرق گلاب حسن اور صحت کا ایسا مظہر ہے جس کے اندر قدرت نے انسانوں کے لیے شفا رکھی ہے۔ عرق گلاب جلدی امراض کے علاوہ جسم انسانی کے دیگر اعضاء کے لیے بھی کارآمد دوا کی حیثیت رکھتا ہے۔ جدید طب نے عرق گلاب کو آنکھوں کا نور کہا ہے اور آج ماحولیاتی آلودگی کے اس دور میں اس کا استعمال ناگزیر قرار دیا ہے۔

آنکھوں کے امراض میں عرق گلاب کے کمال ڈاکٹر صاحبان کا تو یہ کہنا ہے کہ آنکھوں کی حفاظت کے لیے ادویات کا استعمال بھی ضروری ہے۔ ڈاکٹر اس بات پر بھی اتفاق کرتے ہیں کہ گرد وغبار اور دھوئیں کے مضر اثرات سے بچنے کے لیے آنکھوں میں چند قطرے عرق گلاب ڈال لینے سے بھی آنکھوں کی مکمل صفائی ہو جاتی ہے جبکہ اطباء کہتے ہیں کہ عرق گلاب بطور ڈراپ سب سے موثر دوا ہے کیونکہ یہ آنکھوں کو صاف ستھرا رکھ کر جراثیم سے محفوظ کرتا ہے۔ آشوب چشم جیسے خوفناک مرض سے نجات حاصل کرنے کے لیے عرق گلاب کے چند قطرے موثر دوا ثابت ہوتے ہیں۔ عرق گلاب آنکھوں کا ایک ایسا محافظ ثابت ہوا ہے جس سے نہ صرف بصارت تیز ہوتی ہے بلکہ آنکھوں میں طلسماتی چمک بھی پیدا ہوتی ہے اور آنکھوں کو گدلا پن ہمیشہ ہمیشہ کے لیے دور ہو جاتا ہے۔ لیزر اور کمپیوٹر کے سامنے کام کرنے والے روزانہ عرق گلاب کے چند قطرے آنکھوں میں ڈال لیا کریں تو ان کی آنکھیں لیزر شعاعوں کے اثرات سے بچ سکتی ہیں۔

عرق گلاب دل و دماغ کے لیے مقوی دوا عرق گلاب دل اور دماغ کے لیے ایک مقوی اور راحت آمیز دوا ہے۔ یہ کمزور دل ودماغ کو توانا اور چست کر دیتا ہے۔ ہمارے یہاں ڈیپریشن اور اعصابی دباؤ کی وجہ سے اکثر لوگ سکون آور ادویات استعمال کرتے ہیں جس کی وجہ سے ان کی زندگی کے معمولات بدل کر رہ گئے ہیں یہ لوگ فطرت سے اس قدر دور ہو چکے ہیں کہ ان کی زندگیاں بے سکونی کا شکار ہو کر رہ گئی ہیں۔ زندگی کی گہما گہمی کا شکار یہ لوگ عرق گلاب شہد اور اسپغول کو اپنی زندگی کا حصہ بنالیں تو انہیں ان تمام عوارض سے نجات مل سکتی ہے۔ وہ مصنوعی انداز میں جینا چھوڑ دیں گے اور ان کے لیے جینا سہل ہو جائے گا کیونکہ یہ قدرتی غذائیں معجزاتی اثرات کی حامل ہیں۔ آہنی دباؤ اور اعصابی تناؤ کا شکار لوگوں کے لیے یہ نسخہ کیمیا ثابت ہوتی ہیں۔ یہ اعصاب کو مضبوط اور ذہن کو توانا بناتی ہیں مگر ہمارا المیہ ہے کہ ہم ان فائدہ مند قدرتی ادویات کو چھوڑ کر انگریزی اور مضر صحت ادویات کا استعمال کرنے لگتے ہیں۔ حالانکہ عرق گلاب شہد اور اسپغول ان ادویات سے زیادہ اثر انگیز ہیں۔ اطباء کا کہنا ہے کہ ذہنی اور جسمانی مشقت کرنے والے افراد کے لیے ان کا استعمال نہایت ضروری ہے اگر یہ لوگ انہیں اپنی خوراک کا حصہ بنالیں تو وہ کبھی بیمار نہ ہوں گے۔ دنیا میں خوشبویات کے ذریعے علاج کا طریقہ نہایت مقبول ہو رہا ہے۔ اس کے لیے اگرچہ مصنوعی خوشبویات بنائی جارہی ہیں مگر زیادہ تر قدرتی جڑی بوٹیوں اور پھولوں کے عرق حاصل کر کے خوشبویات بھی تیار ہو رہی ہیں کیونکہ سائنس نے یہ ثابت کر دیا ہے کہ جہاں دیگر ادویات ناکام ہو جاتی ہیں وہاں خوشبویات بطور دوا اپنا کردار احسن طریقے سے ادا کرتی ہیں۔ اس وقت سب سے زیادہ خوشبو گلاب کے عرق سے حاصل کی جارہی ہیں۔ امریکہ اور انگلینڈ سمیت دوسرے یورپی ممالک میں گلاب بطور پرفیوم استعمال کیا جارہا ہے جبکہ بطور دوا اس کے رجحان میں کافی اضافہ ہو رہا ہے۔

شوگر کا علاج

1 کپ عرق گلاب اور ایک کپ پانی ملا کر اس پر 41 دفعہ سورۃ فاتحہ اول وآخر 11 دفعہ درود پاک پڑھیں۔ صبح فجر کی نماز کے بعد اور نہار منہ استعمال کریں شوگر کا نام ونشان مٹ جائے گا انشاءاللہ العزیز۔ عمل مسلسل بیماری کے ختم ہونے تک کرتے رہیں۔ (اجازت عام ہے)

اشفاق احمد

میرا مرشد۔۔۔ میرا باپ

اپو آج چکڑ چنے اور جلوں والا کلچہ کھانے کو جی چاہ رہا ہے۔۔۔ ابا جی نے سالوں بعد فرمائش کی تھی۔ ابا جی مجھے پیار سے اپو کہتے ہیں۔۔۔ میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ فجر کی نماز ادا کی جو گر پہنے، مارننگ واک کے بعد چکڑ چنے والے کے اڈے پر جا دھمکا۔ ابھی وہ اپنی ریڑھی سجا رہا تھا۔ میں نے چنے پیک کرنے کو کہا۔

وہ بولا" باؤ جی، اتنی صبح؟ چنے 7 بجے سے پہلے نہیں ملیں گے۔ میں گاڑی میں بیٹھ گیا اور بے قراری سے چنوں کا انتظار کرنے لگا۔ چنے والے سے ہر دو منٹ بعد دریافت کرتا، بھائی اور کتنا انتظار کرنا پڑے گا؟" وہ بس تھوڑی دیر باؤ جی" کہہ کر تسلی دے دیتا۔ میری بے قراری بڑھتی جا رہی تھی۔ بار بار موبائل پر وقت دیکھتا۔ چنے والا جو مجھے نوٹ کر رہا تھا، میرے پاس آیا اور بولا" باؤ جی، آپ پہلے بھی چنے لے جاتے ہو، پر اتنی سویرے اور اتنی بے قراری پہلے نہیں دیکھی، خیر تو ہے؟" میں تو جیسے سوال کا منتظر تھا۔۔۔ میں نے سر اُٹھا کر فخر سے کہا۔۔۔ بھائی، آج میرے مرشد نے چکڑ چنوں کی فرمائش کی ہے، میں اُن کا حکم جلد از جلد بجالانا چاہتا ہوں۔"

وہ بولا،" مرشد مطلب آپ کے پیر؟۔۔۔ میں نے کہا، ہاں، میرے والد بزرگوار" وہ جھلا کر بولا" کبھی مرشد کہتے ہو، کبھی والد؟ چکر کیا ہے؟"۔۔۔ میں نے بتایا کہ میرا باپ ہی میرا مرشد ہے۔۔۔ وہ بولا" اچھا تو آپ کے والد کی گدی ہے؟"۔۔۔ میں نے کہا" نہیں بھائی، میں اپنے والد اور والدہ کو سب سے بڑا پیر مانتا ہوں۔ اُن کے ہوتے مجھے آج تک کسی مرشد کی ضرورت نہیں پڑی۔ ویسے بھی قرآن کریم میں اللہ فرماتا ہے کہ تمھارے والدین تمہارے سب سے بڑے محسن ہیں"۔۔۔ چنے والے کے چہرے سے صاف عیاں تھا کہ وہ میری باتوں سے مطمئن نہیں ہے۔ بولا" وہ تو ٹھیک ہے پر مرشد، مرشد ہوتا ہے۔ اور ماں باپ، ماں باپ۔ میرے مرشد کا نور محل ٹنڈو مستی خان میں ہے۔ وہ فرماتے ہیں کہ بنا مرشد راہ نہیں ملتی"۔۔۔ میں نے کہا" بالکل درست کہتے ہیں تمہارے مرشد۔ دیکھو، مرشد، ر× شد سے ہے، مرشد مطلب راستہ دکھانے والا، اور ماں باپ سے اچھا راستہ کون دکھا سکتا ہے؟" وہ لاجواب ہو گیا، شاید اس کے اندر حق اور باطل کی جنگ جاری تھی۔ پھر کچھ توقف کے بعد بولا" باؤ جی، اگر کسی کا باپ شرابی ہو، زانی ہو یا رشوت لیتا ہو، تو کیا اُس کی اطاعت اور تکریم کرنی چاہئے؟"۔۔۔ میں نے کہا" ہاں! یہ اُس کا عمل ہے، جس کے لئے وہ اللہ کو جوابدہ ہے، پر بچے پر فرض ہے کہ وہ باپ کے ہر حکم کے آگے سر جھکائے۔ انکار کی صرف ایک صورت ہے کہ باپ شرک کرنے کو کہے"۔۔۔ چنے والا حیران رہ گیا۔ بولا" میرا باپ گاؤں میں بھٹی کی بنی کچی شراب پیتا ہے، گالم گلوچ کرتا ہے، تو کیا مجھ پر اُس کی فرمانبرداری فرض ہے؟"۔۔۔ میں نے کہا" ہاں! بلکہ فرضِ اوّلین ہے۔" کچھ دیر خاموش رہنے کے بعد بولا" باؤ جی، آپ اپنے مرشد کے لئے چنے لے جانے کو اتنے بے قرار کیوں ہو؟"

میں نے کہا" بھائی! میرے ابا کبھی ہم سے کچھ نہیں مانگتے۔ ہم پانچ بھائی اماں ابا کے لب ہلنے کے منتظر رہتے ہیں۔ ابھی میرے چاروں بھائی سوئے پڑے ہیں۔ مجھے ڈر ہے کہ اگر اُن میں سے کوئی جاگ گیا اور ابا نے اُس سے چکڑ چنے اور جلوں والے کلچے کی فرمائش کر دی اور وہ مجھ سے پہلے ابا کے لئے چنے لے گیا تو میرے ہاتھ سے نیکی کا موقع نکل جائے گا"۔ چنے والا حیرت سے تکنے لگا۔ بولا" باؤ جی! آپ ایسا سوچتے ہو؟"

میں نے کہا" سوچتے نہیں بلکہ ہم پانچوں بھائی اسی تاک میں لگے رہتے ہیں کہ والدین کوئی بات مُنہ سے نکالیں اور ہم ایک دُوسرے پر سبقت لے جائیں۔ ہم تو تاڑ میں رہتے ہیں۔"

چنے والے کی آنکھوں سے آنسو رواں تھے۔ اسی اثناء میں ایک رکشہ آ کر رُکا، چنے والے نے رکشہ میں سے ایک بڑا پتیلا چوبی بانے میں اُنڈیلا اور مجھے چنے پیک کر کے دیئے۔ میں پیسے ادا کر کے گاڑی کی طرف لپکا۔۔۔ چنے والا میرے پیچھے بھاگا، قریب آ کر پوچھا" باؤ جی! ایسے باپ کو مرشد کیسے مان لوں؟"۔۔۔ میں نے کہا" نہ مانو مرشد، پر اُس کی فرمانبرداری تو کرو"۔۔۔ میں اُس کا مسئلہ جان چکا تھا۔ میں نے کہا" سوچو بھائی، اگر اللہ کو بُری اور نیک والدین میں فرق کرنا ہوتا تو وہ دونوں اقسام کے والدین کے لئے الگ الگ احکامات جاری کرتا۔ جب اللہ والدین کو ایک نظر سے دیکھتا ہے اور ایک ہی طرح کے حقوق بیان کرتا ہے تو تم تفریق کرنے والے کون ہو؟"

اُس نے سوال کیا" اگر میں اپنے ابا سے معافی مانگوں تو کیا وہ مجھے معاف کر دیں گے؟"

میں نے کہا" بھائی! اللہ کے بعد والدین ہی ہوتے ہیں جو ہمیں معاف بھی کرتے ہیں اور ہماری پردہ پوشی بھی کرتے ہیں۔ تمہیں زندہ پیر میسّر ہیں، جاؤ جا کر اپنی عاقبت سنوار لو، اس سے پہلے کہ وقت ہاتھ سے نکل جائے"۔۔۔ چنے والے نے اپنے ہیلپر کو ریڑھی پر کھڑا کیا اور اپنے پیر کو منانے احمد پور لما چلا گیا۔ جاتے ہوئے وہ زار و قطار رو رہا تھا اور مجھے کہہ کر گیا" باؤ جی! دُعا کرنا کہ میرے پہنچنے تک میرا بوڑھا سلامت رہے۔"

میں وہاں سے نکلا، راستے میں ایک تنور سے مرشد کے حکم کے مطابق دو جلوں والے سُرخ کلچے لگوائے، تیزی سے گاڑی بھگاتا ہوا گھر پہنچا، میری بیوی نے جلدی سے ابا کو انسولین لگائی اور چکڑ چنوں کے ساتھ کلچے دیئے۔ ابا مزے سے چنے کھا رہے تھے اور ہر لقمے پر دُعا دے رہے تھے" اپو اللہ تیری مشک بھری رکھے"۔۔۔ میں اور میری بیوی دِل ہی دِل میں آمین کہہ رہے تھے۔ مرشد کو چنے کھلانے اور دُعائیں سمیٹنے کے بعد جب میں نے بیوی سے اپنے حصے کے چنے مانگے تو پتا چلا کہ میرے حصے کے چنے میرے بچے کھا کر سکول چلے گئے ہیں۔ جانے میں نے کتنی بار ابا کے حصے کے چنے کھائے ہوں گے۔ اللہ ہمیں آسانیاں عطا فرمائے اور آسانیاں تقسیم کرنے کا شرف بخشے۔ آمین

والدین کو عزت دینے کے ۳۵ طریقے

۱۔ والدین کی موجودگی میں اپنے فون کو دور رکھیے ۔ ۲۔ ان کی باتوں کو توجہ سے سنیے ۔ ۳۔ ان کی رائے کو مقدم رکھیے ۔ ۴۔ ان کی گفتگو میں شامل رہیے ۔ ۵۔ ان کو عزت سے دیکھیے ۔ ۶۔ ان کو ہمیشہ تعظیم دیجیے ۔ ۷۔ ان کے ساتھ اچھی خبر شیئر کیجئے ۔ ۸۔ ان کو بری خبر بتانے سے پرہیز کیجئے ۔ ۹۔ ان کے دوستوں کے بارے میں اچھی باتیں کیجئے، اور ان سے محبت رکھیے ۔ ۱۰۔ انکی کی گئی اچھی چیزوں کو اکثر یاد کرتے رہیں ۔ ۱۱۔ ان کی دہرائی ہوئی باتوں کو اس طرح سنیے کہ گویا پہلی بار سن رہے ہوں ۔ ۱۲۔ ماضی کی تلخ یادوں کو ان ساتھ کبھی نہ کیجئے ۔ ۱۳۔ ان کی موجودگی میں کسی دوسری گفتگو سے پرہیز کیجئے ۔ ۱۴۔ ان کے سامنے ادب سے بیٹھئے ۔ ۱۵۔ ان کی رائے اور سوچ کے متعلق معمولی سا اختلاف بھی نہ کیجئے ۔ ۱۶۔ جب وہ گفتگو کریں تو انکی بات کو مت کاٹیے ۔ ۱۷۔ ان کی عمر کا احترام کیجئے ۔ ۱۸۔ ان کی موجودگی میں اپنے بچوں کو ڈانٹنے مارنے سے گریز کیجئے ۔ ۱۹۔ ان کے حکم اور مشورے کو قبول کیجئے ۔ ۲۰۔ ان کی موجودگی میں صرف ان سے ہی راہنمائی لیجئے ۔ ۲۱۔ ان کے سامنے اپنی آواز کو ہرگز اونچا نہ ہونے دیجئے ۔ ۲۲۔ ان کے ساتھ چلتے ہوئے ان سے آگے بڑھنے یا ان کے سامنے چلنے سے پرہیز کیجیے ۔ ۲۳۔ ان سے پہلے کھانا شروع مت کیجئے ۔ ۲۴۔ ان کے سامنے خود کو نمایاں مت کیجئے ۔ ۲۵۔ جب وہ خود کو کسی قابل نہ سمجھیں تو ان کو بتایئے کہ وہ آپ کے لئے قیمتی اور قابل احترام ہیں ۔ ۲۶۔ ان کے سامنے بیٹھتے ہوئے اپنے پیر ان کے سامنے مت کیجئے اور نہ ہی ان کی طرف پیٹھ کر کے بیٹھیں ۔ ۲۷۔ ان کے ساتھ بداخلاقی سے بات مت کیجئے جب دوسرے بھی ان کے ساتھ بداخلاقی سے بات کر رہے ہوں ۔ ۲۸۔ کوشش کیجئے کہ ان کو ہمیشہ اپنی دعاؤں میں شامل رکھیے ۔ ۲۹۔ ان کی موجودگی میں خود کو ہرگز بور اور تھکا ہوا ظاہر نہ کیجئے ۔ ۳۰۔ ان کی غلطیوں اور بھول پر کبھی مت مسکرایئے ۔ ۳۱۔ ان کی زیارت برابر کرتے رہیے ۔ ۳۲۔ ان سے بات کرتے وقت بہترین الفاظ کا چناؤ کیجئے ۔ ۳۳۔ ان کو محبت بھرے ناموں سے پکاریے جو وہ پسند کرتے ہیں ۔ ۳۴۔ ان کو ہر چیز پر مقدم رکھیے اور ترجیح دیجئے ۔ ۳۵۔ والدین اس کرۂ ارض پر خزانہ ہیں۔ سوچیے اس سے پہلے کہ یہ خزانہ دفن ہو جائے۔ اپنے والدین کو عزت دیجیے جب تک وہ ہمارے پاس ہیں۔ آیئے آج ہی اپنے قابل احترام و محبت والدین کے لئے ڈھیروں دعائیں کرتے ہیں۔

حیاتِ سرمدی

قرآنی علوم علم اعداد اور سورت فاتحہ

ابومیسون اللہ بخش

حضرت قبلہ عالم خواجہ نور محمد مہاروی رحمۃ اللہ علیہ کے خلیفہ اجل حضرت حافظ جمال اللہ ملتانی رحمۃ اللہ علیہ کی خانقاہ سے فیض یافتہ علامہ عبدالعزیز پرہاروی رحمۃ اللہ نے آج سے ڈیڑھ سو سال قبل علوم قرآنی پر سند اپنی مایہ ناز تصنیف لطیف ''لوحِ محفوظ'' میں لکھا کہ عہد عتیق سے عہد حاضر تک قرآن حکیم سے تقریباً ساڑھے چھ لاکھ علوم مترشح ہو چکے ہیں۔ اسی طرح حضرت مولانا شمس الحق افغانی رحمہ اللہ نے بھی علوم قرآن پر بہت کام کیا۔ وسطی ایشیا کے عالم جناب موسیٰ جار اللہ کی بھی تقریباً 80 زبانوں پر متعدد کتب متداولہ قرآنی علوم کے حوالے سے ایک زمانے کو متاثر کر چکی ہیں۔ اِن علوم میں ایک علم ہندسہ بھی ہے جس کے تحت علماء، اولیا اور اتقیا نے کائنات ارضی اور کہکشاں کے وسیع و عریض نظام شمسی وقمری کے ساتھ خالق کائنات کی کتاب قرآن مجید کو جوڑا اور اللہ تعالیٰ کا بار بار اُمتِ مسلمہ کو بالخصوص اور ملتِ انسانی کو بالعموم دعوتِ فکر دی کہ کتاب ہدایت میں غور و فکر کرو، سمجھو، تدبر کرو اور کائنات کو تسخر کرو تمہارے لئے دعوت عام ہے۔

زیادہ لمبی بحث میں نہیں پڑتے نہ ہی وقت ہے اور نہ موقع، صرف زیرِ نظر تحریر کی تفہیم کے لئے چند سطور پیش خدمت ہیں۔ قرآن مجید، کتاب ہدایت ہے۔ گزشتہ ڈیڑھ ہزار سال سے عالم کفر کی تمام تر کوششوں کے باوجود یہ کتاب زندہ جاوید ہے، قرآن مجید کی تلاوت، زیارت، لمس اور سمجھ و اتباع و اطاعت کوئی بھی عمل اجر و ثواب سے خالی نہیں ہے۔ ہر بات میں حکمت و دانائی ہے۔ سورۂ حجر کی آیت 9 میں فرمایا گیا کہ: ''ہم نے اِس ذکر کو نازل کیا ہے اور ہم ہی اس کی حفاظت کریں گے'' اب یہاں قرآن مجید کو ''ذکر'' کے نام سے موسوم کیا گیا جس کے معنی نصیحت کے بنتے ہیں۔ یعنی نصیحت، اور اس کی حفاظت۔ قرآن مجید کے ایک ایک لفظ کے ساتھ ان گنت فرشتے، مؤکلات منسلک ہیں یہ بات علم اعداد سے سامنے آتی ہے۔ اور تفہیم قرآن کے لئے علم الکلام کو بروئے کار لایا گیا تو ایک اور علمی دروازہ کھلا۔ وہ ہے ''ربطِ آیات'' اس کے ساتھ منسلک شانِ نزول اور زمانہ نزول۔ ربط آیات کا کمال اور حسن کلام یہ ہے کہ پورا کلام آپس میں مربوط ہے اور اُس کی تعلیم و تدریس میں ردھم بھی ہے مگر شاعری نہیں ہے۔ اس لئے تو سورہ کوثر کی تین آیات کے نیچے عرب کے ایک زبان آور اور کلام کے دھنی نے لکھا تھا کہ ''یہ کسی بشر کا کلام نہیں ہے۔'' قرآن حکیم 30 پارے، 114 سورتیں، 6236 آیات، 558 رکوعات، 87133 الفاظ، 325998 حروف اور 7 منازل کے ساتھ مربوط کلام اپنے حسن معانی اور حسن تلاوت کے ساتھ موجود ہے۔ اس میں متقیوں کے لئے ہدایت ہے اور تمام انسانوں کے لئے شفا ہے۔ قرآن حکیم کی اِس عددی ترتیب کو مدنظر رکھیں تو خالق کل اللہ تعالیٰ جل شانہ کی تخلیق کائنات ارضی میں نظام شمسی اور نظام قمری کے نظم و نسق اور اعتدال و استقرار سے معلوم ہوتا ہے کہ اس کتاب کے ایک ایک حرف کے ساتھ یہ نظام جڑا ہوا ہے اور اس سارے کلام کا خلاصہ سورہ فاتحہ میں موجود ہے، سورہ فاتحہ کا خلاصہ بسم اللہ الرحمٰن الرحیم میں ہے، بسم اللہ شریف کا خلاصہ اس کے پہلے حرف ''ب'' میں ہے اور حرفِ ''ب'' کا خلاصہ اس کے نقطے میں مستور ہے اور یہ نقطہ لفظ ''محمد'' کے اِرد گرد گھومتا ہے۔

راقم السطور کی کمزور ترین ورق گردانی سے ایک عجیب و غریب بات احاطہ علم میں در آئی ہے۔ قارئین الشافیہ کی خدمت و ذوق کی نذر کرنے کی جسارت کرتا ہوں۔ بھگت کبیر کے حوالے سے تقریباً آٹھ سو سال قبل حضرت خواجہ بابا فرید مسعود گنج شکر رحمۃ اللہ علیہ نے اپنے ایک مکتوب میں تحریر فرمایا کہ کائنات کی کسی بھی شئے کا نام لو، چاہے وہ کسی زبان میں ہو اُس متذکرہ چیز کے نام کو لکھ کر اُس کے حروف کو ایک خاص سانچے میں ڈھالیں گے تو اسم محمد نکل آئے گا۔ وہ ہندی زبان کے چار مصرعے ہیں:

''نام لیو جز وست کا چو گن کر لیو وائے
دو ملا پنچ گن کرو بیس کا بھاگ لگائے
بچے ہوئے کو نو گن کرو دو دیو ملائے
کہیں کبیر ہر وست میں نام محمد آئے

اب اسی نظام عددی کے تحت ہم عہد حاضر کی ایجاد ''کمپیوٹر'' کے اعداد نکال کر اس کلیے کے تحت ثابت کرتے ہیں کہ لفظ ''محمد'' کا نور کیسے چمکتا دمکتا نظر آئے گا۔

کمپیوٹر 678x4=2712+2=2714x5=13570/20=10x9=90+2=92۔ تو اسی علم اعداد کے تحت الفاظِ قرآن میں جو رابطہ ہے اور اس کے ساتھ فرشتوں اور مؤکلات کا وجود ثابت کرتا ہے کہ سورہ فاتحہ کی تلاوت اور اُس کے معانی و مفاہیم میں ایک بحرِ ذخار پنہاں ہے۔ اللہ تعالیٰ نے ان سات آیات کو بار بار پڑھنے کی تعلیم فرمائی ہے۔ میں اپنی تمہید کو یہیں ختم کرتا ہوں تا کہ قارئین پروفیسر صاحب کی تحقیق و تدوین سے محظوظ ہوں۔

حیاتِ سرمدی

پروفیسر نورالحق شافی

حیات ایک لامتناہی سفرِ زندگی ہے جو ہر لمحہ رواں جانبِ منزل ہے جبکہ منزل ثبات وتغیر پر موقوف ہے۔ خالق کائنات نے زندگی کو اصول دوئی پر تخلیق کیا ہے جو کہ جوہری اعتبار سے توازن واعتدال کی مظہر ہے۔ صبح وشام، روز وشب اور راحت وعداوت ہمارے روزمرہ کے مشاہدے میں عیاں ہیں۔ حضرت انسان بھی دو ہی حقیقتوں سے دنیاوی اور مادی سفرِ حیات کا آغاز کرتا ہے کہ مادی وجود روح کے پیمانے سے بے تاب ہو کر روزانہ کی بنیاد پر شمولیت اور اخلاص پر استوار ہوتا ہے۔ روزمرہ زندگی کا ہر لمحہ وجود وعدم پر انکشاف کرتا ہے تاکہ انسان دولت کے معاملات وافعال میں بدل کر اپنے نفس کا جہاں نہ صرف پیدا کرے بلکہ اسے قوام اور دوام میں تبدیل کر کے ارتقائے حیات کی ہر شے کو بھی سات کلموں سے مزین کر دے۔ رب العالمین نے انسانی جبلت کو بھٹکنے سے محفوظ اور صراطِ مستقیم پر موقوف رکھنے کے لیے حاوی وہ جہاں ذات رحمت العالمین ﷺ کے تصدق سے منشورِ حیات بصورت نور العالمین یعنی قرآن حکیم وفرقان مجید عطا کیا۔ اس نسخہ کیمیا کی کلید سورۃ الفاتحہ کو قرار دیا کہ سورۃ الفاتحہ اپنی ترتیب آیات میں ایک طرف رحمن سے انتساب اور دوسری طرف انسان کے اکتساب کا سلیقہ ہے۔ ساتوں آیات معرفت کی سات منازل کا عرفان بھی عطا کرتی ہیں اور فطرت کے سات بنیادی اصول بھی وضع کرتی ہیں جبکہ منازل عرفان کو ایک کلمے "أنعمت" میں سمو کر قرآن نے مندرجہ ذیل دنیا اور فطرت کے ساتوں اصول، لطافت، کثافت، زندگی، بندگی، اصول حیات، ممات اور اصول مکافات میں فلسفہ مادی حیات کو جامع کر کے نظم حیات کا نصاب قرار دے دیا۔ سورۃ الفاتحہ نے اپنی ہر آیت میں توازن واعتدال کا جو سلیقہ واضح کیا ہے وہ بنیادی طور پر انسانی مزاج کے افراط اور تفریط کے شکار ہونے کا روزانہ کی بنیاد پر فطری علاج ہے اور یہی وہ حکمت ہے جو پانچ مرتبہ صلوٰۃ اور اُس کی ہر رکعت کے اندر پڑھنے کی معرفت ہے۔ انسان روزمرہ کے مادی لوازمات کو نبھاتے ہوئے قدم قدم پر مادی کثافتوں کے باعث آلودگی کا سامنا کرتا ہے۔ جبکہ اُس کا ہر لمحہ لطافتوں کا حامل ہونا لازم وملزوم ہے کہ صراطِ مستقیم کا سفر ذاتِ ربّ ورحمن اور لطیف ذات کی طرف تسلسل سے جاری رہے۔ معرفتِ اسم، مادی وجود کو افراط وتفریط سے اعتدال کا قرینہ سکھاتی ہے۔ جبکہ ہر اسم کی عددی قدر باطن کے روحانی تقاضوں کو توازن کا سلیقہ بتاتی ہے۔ تاکہ روزمرہ کی زندگی کے مادی وروحانی اور فطری تقاضے کما حقہٗ پورے ہوں اور انسان اس دنیا کی مادی حیات کا سفر مشیت الٰہیہ کے عین مطابق فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ کے ضابطے پر اُستوار ہو کر طے کرے۔ سورۃ الفاتحہ کی ہر آیت میں عددی قدر ایک طرف اُصول توازن اعتدال کو واضح کرتی ہے تو دوسری طرف قرآن مجید کے اعجاز وکمال کو واشگاف کرتی ہے کہ ہر آیت کا معنی ومفہوم اُس کے عددی مزاج کے عین مطابق ہوتا ہے جیسا کہ سورۃ الفاتحہ کی 6 آیات کا عددی وزن لطافت کے اُصول پر قائم ہے۔ جبکہ آخری آیت جو کہ کثافت وآلودگی کے بیان سے متعلق ہے، اکیلی اپنی عددی قدر میں کس قدر زیادہ وزن رکھتی ہے۔ یہ قرآن مجید کے فطری مزاج، رہنمائی اور ہدایت کا منہ بولتا ثبوت ہے اور انسانوں کے لئے رحمن اور رحیم ذات کا عظیم، گرانقدر، لاجواب اور بے مثال عطیہ ہے۔

حرف کا جامہ جب جب وجود زیب تن ہوا — معرفت اسم کبھی عنوان حیات تو کہیں رزم حیات ہوئی

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

اللہ کے نام سے شروع جو بہت مہربان رحمت والا

786 = ——— 389 - 329 - 66 - 102

اَلْحَمْدُ لِلّٰهِ رَبِّ الْعٰلَمِيْنَ

1۔ سب خوبیاں اللہ کو جو سارے جہان والوں کا رب ہے۔

581 = ——— 231 - 202 - 65 - 83

الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

2۔ بہت مہربان رحمت والا۔

1199 = 618 = ——— 258 - 31 - 298 - 31

مٰلِكِ يَوْمِ الدِّيْنِ

3۔ روز جزا کا مالک۔

1440 = 241 = ——— 95 - 56 - 90

اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ

4۔ ہم تیری بندگی اور تجھ ہی سے مدد چاہیں۔

2276 = 836 = ——— 640 - 32 - 6 - 126 - 32

اِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيْمَ

5۔ ہم کو سیدھا راستہ چلا۔

3349 = 1073 = ——— 650 - 31 - 300 - 31 - 61

صِرَاطَ الَّذِيْنَ اَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ

6۔ راستہ اُن کا جن پر تو نے احسان کیا۔

5156 = 1807 = ——— 155 - 561 - 791 - 300

غَيْرِ الْمَغْضُوْبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّآلِّيْنَ

7۔ نہ اُن کا جن پر تیرا غضب ہوا اور نہ بہکے ہوؤں کا

(9359) 4203 = ——— 891 - 31 - 37 - 155 - 1848 - 31 - 1210

عربی حروف ابجد و اعداد کا ماڈل نمبر 1 (انفس) (انسان)

Water	Air	Earth	Fire
د	ج	ب	ا
4	3	2	1
ح	ز	و	ہ
8	7	6	5
ل	ك	ی	ط
30	20	10	9
ع	س	ن	م
70	60	50	40
ر	ق	ص	ف
200	100	90	80
خ	ث	ت	ش
600	500	400	300
غ	ظ	ض	ذ
1000	900	800	700
1912	1590	1358	1135

(5995)

اعتدال: 59 95 / 14 14 / 28 / 10

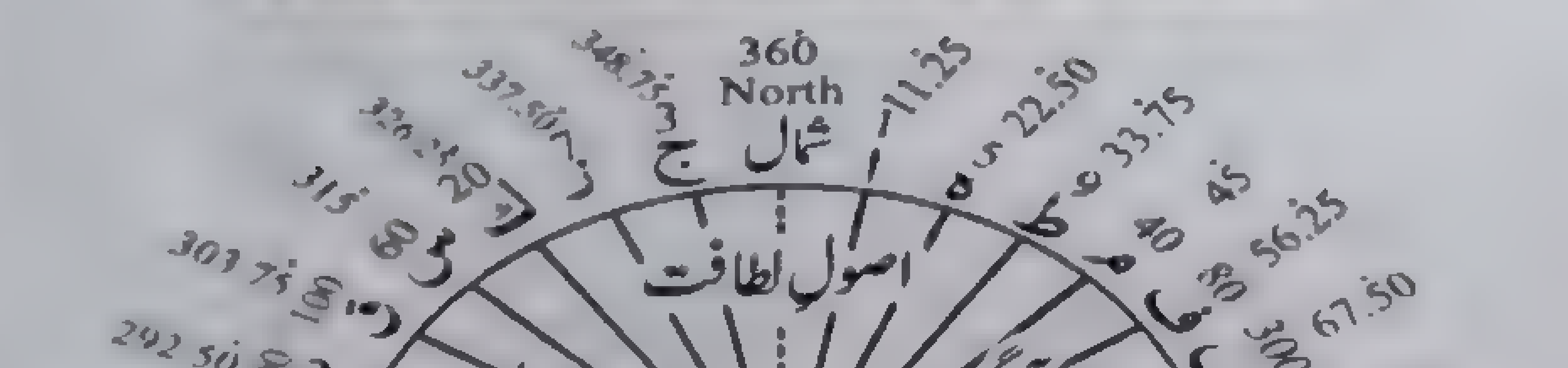
توازن: 55 99 / 10 18 / 28 / 10

20 / 10

گیارہ کی سائنس Science of (11) $\frac{11}{92}$

ذاتِ محمد ﷺ: وجہ کائنات: محور کائنات

عربی حروف ابجد و اعداد: ماڈل نمبر 2 (آفاق) (کائنات)



دائرے کا مسلمہ حسابی فارمولا:

$\frac{22}{7} = \frac{4}{7} = 5714285 = 32$

دائرے کے کل 32 نکات آفاق یعنی کائنات کے فطری ماڈل کو بیان کرتے ہیں جبکہ 4 بنیادی (Cardinal) پوائنٹ کہلاتے ہیں اور 28 نکات عربی کے 28 حروف سے منسلک ہو کر ایک طرف اپنے فطری مزاج کے مطابق چاروں بنیادی عناصر کو واضح کرتے ہیں تو دوسری طرف ہر دو حروف کا ملاپ عدد گیارہ پر منتج ہو کر گیارہ کی سائنس یعنی توازن واعتدال کو منکشف کرتا ہے۔

پروفیسر محمد عمران ملک

پہلا محبت نامہ۔۔۔۔۔۔۔سیدزادی کا جواب

میڈیا سے متاثر نوجوان یہ سطریں ضرور پڑھیں ہوسکتا ہے کملی والے ﷺ کی نظر ہوجائے اور ہدایت کی راہ مل جائے۔۔۔!

اس دن جب گلی میں میں کھڑا تھا تو ایک لڑکا ایک گھر کے باہر بار بار چکر لگا رہا تھا۔ میں نے اس سے جا کر پوچھا، بھائی! کس کی تلاش ہے؟ تو اس نے کہا کسی کی نہیں، بس ایک دوست نے ادھر آنے کا وقت دیا، وہ اب تک آیا نہیں۔ خیر میں اس کی بات سن کر گھر چلا گیا اور کچھ لمحوں بعد اچانک نکلا تو دیکھا کہ اسی گھر سے ایک لڑکی سر جھکائے تیزی سے باہر آئی، اور جلدی سے اس لڑکے کو ایک لفافہ دے کر واپس گھر بھاگ گئی۔ لڑکا وہ لفافہ لے کر مسکرایا اور اسے دل سے لگاتا ہوا وہاں سے چل دیا۔ میں اپنی بری عادت کے مطابق تحقیق کرنے کے لیے اس کے پیچھے چل دیا۔ وہ لڑکا ایک درخت کے نیچے جا کر رکا اور اس لفافہ کو کھولا جس کے اندر سے ایک صفحہ نکلا۔ اس نے اس صفحہ کو کوئی تین سے چار بار چوما اور اپنی آنکھوں سے لگایا، اور پڑھنے لگا، میں دور سے اس کے چہرے اور حرکات کو دیکھ رہا تھا، اور اپنی قیاس آرائیوں میں مصروف تھا، اچانک لڑکے نے آسمان کی طرف سر اٹھایا، اور بے ہوش ہو کر گر پڑا۔ بھاگتے ہوئے میں اس کے قریب گیا اور اس کے ہاتھ سے وہ ورق لے کر تجسس سے پڑھنے لگا۔

یہ ایک خط تھا جو اس لڑکی نے اپنے اس عاشق کو لکھا۔

السلام علیکم! اے وہ نوجوان جس نے ابھی اپنی ماں کی گود سے باہر قدم رکھا ہے، اور اس کی تربیت کرنے پر تھوک ڈالا ہے۔ میں مانتی ہوں تیری سوچ کے مطابق جس محبت کا تو دعویدار ہے، وہ سچی اور پکی ہے، اور تو اس کو پایہ تکمیل تک پہنچانے کے لیے وفا بھی کرے گا، کیونکہ اس محبت کا آغاز نظر کے ملنے سے ہوا تھا، اور انجام جسم کے ملنے پر ہوگا، کیونکہ میری ماں نے اپنے بیٹے عبدالرسول کو ایک دن کہا تھا، بیٹا! یہ نظر ابلیس کے تیروں میں سے ایک ہے اور جب یہ تیر چلتا ہے تو اس کی طاقت کبھی کبھی پورے پورے خاندان برباد کر دیتی ہے، اور پھر جب اس کا بدلا مڑتا ہے تو لفظ عزت بھی سر جھکا کر انسانوں کی بستی سے نکل جاتا ہے۔ لہٰذا اس آنکھ کو صرف اپنے سوہنے نبی ﷺ کے چہرے کو دیکھنے کے لیے منتظر رکھنا ورنہ قیامت کے دن اپنے ماں کو نانا حضور ﷺ کی بارگاہ میں شرمندہ نہ کرنا کہ میں اس بات پر شرم کے مارے ڈوب مروں کہ میں نے تیری تربیت میں کمی چھوڑ دی تھی۔

تو سن اے خود کو خوبصورت شہزادہ اور مجھے دنیا کی حور سمجھنے والے! میں ایک سیدزادی ہوں اور میرا تعلق اماں فاطمہؓ کے قبیلہ سے ہے، جو قیامت کو تمام جنتی عورتوں کی سردار ہوں گی۔ میں نے اپنے لیے دعا مانگی ہے کہ اے اللہ! مجھے جنت میں ان کی خادم بنانا، تو خود فیصلہ کر، اگر میں تیری محبت میں مبتلا ہو جاؤں تو خادمیت تو کیا مجھے جنت کے قریب بھی نہیں آنے دیا جائے گا۔ تو نے مجھے کل شام باغ کے اس پیڑ کے نیچے ملنے کو بلایا ہے، میں وہاں بھی آجاتی لیکن میں تم سے ایک وعدہ لوں کہ تو اپنی بہن گڈی کو بھی ساتھ لے کر آنا، اور میں اپنے بھائی کو، کیونکہ تیری نظر میں دنیا کی سب سے شریف عورت تیری گڈی بہن ہے اور میرے بھائی کی نظر میں دنیا کی سب سے شریف لڑکی میں ہوں، اس طرح دونوں مردوں کی غلط فہمی دور ہو جائے گی اور اس کے بعد جب گاؤں میں یہ خبر پھیلے گی تو کوئی بھائی اپنی بہن کو شریف نہیں سمجھے گا۔ اس طرح آئندہ محبت کرنے والوں پر ہمارا احسان رہے گا کہ یا تو وہ اس گناہ سے ہماری وجہ سے دور رہیں گے یا انہیں ہر طرح کی آسانیاں ہو جائیں گی۔ رات کے تیسرے پہر کوئی بھائی اپنی بہن کو کسی باغ کے پیڑ کے نیچے ملنے سے نہیں روکے گا۔ پھر جب یہ گناہ اتنا عام ہو جائے گا تو لفظ غیرت کی تعریف بھی سب کو سمجھ آجائے گی کہ اپنی بہن کی طرف کسی کی نگاہ نہ اٹھنے دینا غیرت نہیں بلکہ اپنی نظروں کو کسی کی بہن کی طرف بڑھنے سے روکنے کا نام غیرت ہے۔

اور اگر تو اس فلم یا ڈرامے کی بات کرتا ہے جس کو دیکھ کر تو نے مجھے خط لکھا، تو ٹھیک ہے میں اسی طرح اسی لباس میں تجھے ملنے چلی آتی ہوں، مگر تیری آنکھوں اور دل کی ہوس نے جب میرا بدن نوچا تو ناراض نہ ہونا کہ اس طرح کا ظاہری حسن ولطف سے لبریز موقع دنیا کا ہر مرد چاہتا ہے، تو میری بات کو سمجھ تو رہا ہے نا کہ میرا بھائی، خدا گواہ ہے کہ وہ کردار کا بہت پکا ہے، اس کا بھی تو حق بنتا ہے کہ وہ عیش کے کچھ لمحے گزارے، وہ بھی تو جانے عشق کا لطف کیا ہے، کسی کو ایک انگلش جملہ بول کر اس سے ایسی امیدیں وابستہ کرنا جس سے عورت بھی خود پر شرما جائے، اور مرد کو جنم دینے والی عورت اپنی کوکھ پر لعنت بھیجے کہ عورت نے انبیاء کو جنم دیا اور ان کی تربیت کر کے زمانے کی دکھی انسانیت کو ظلم وستم سے نکالا، اور میں نے ایک ایسے آدمی کو جنم دیا جو انسانیت ہی سے خالی ہے۔ اے میرے خوبرو عاشق! تو جو محبت کر رہا ہے، اس میں ہوس کی بو کے سوا کچھ نہیں، کیا تیری ماں نے تجھے وہ قرآن نہیں پڑھایا جس میں مومن کی حیا کا ذکر کیا گیا، تو مرد مومن اور حضور ﷺ کا وہ امتی نہیں جس نے ایمان کے درجوں میں سے ایک درجہ حیا کا پایا ہو۔

میری باتیں پڑھ کر تجھے غصہ آیا ہوگا کہ میں نے تیری بہن کا ذکر کیوں کیا، لیکن ایمان کی بات ہے کہ ہر باحیا بھائی کی یہی کیفیت ہوتی ہے، مگر ایسا ہونا کہ اپنی بہن کے علاوہ کسی بھی عورت کو شریف نہ سمجھنا، گندی سوچ اور تربیت کا نتیجہ ہے۔ تو حضرت علیؓ کا بہت ہی ماننے والا ہے جیسا کہ تیرا تذکرہ اس معاشرے میں کیا جاتا ہے مگر کیا تو نے مولائے کائنات کا یہ فرمان نہیں پڑھا "اپنی سوچ کو پانی کے قطروں کی طرح صاف رکھو کیونکہ جس طرح پانی کے قطروں سے دریا بنتا ہے اسی طرح سوچ سے ایمان بنتا ہے"۔ کیا تیرے پاس جو ایمان ہے وہ دکھلاوے کا ہے، حضرت علیؓ کا سچا پیار تیرے دل میں نہیں، اور جیسا کرو گے ویسا بھرو گے والا قول بھی تو کسی عاقل کا ہے، اس کا مطلب ہے تو اس کام کے انجام کے لیے تیار ہے، اپنی ماں بہن کی ایسی عزت کا ہونا تیرے لیے عجیب نہیں ہوگا۔

میں تجھے تبلیغ نہیں کر رہی، بس اتنا بتا رہی ہوں کہ تیری بہن گڈی جو کہ میری دوست ہے، اس کو بھی ایک تجھ جیسے بے ایمان اور راہ بھٹکے نوجوان نے خط لکھا اور اسی پیڑ کے نیچے بلایا، لیکن عین اسی وقت جبکہ میں تجھے خط دے رہی ہوں، تیری بہن نے بھی اسے خط دیا اور اسے اس کی محبت کا جواب دیا کہ وہ اس سے محبت کرے گی، انھی باتوں اور شرائط کے ساتھ، جو میں تجھے لکھ رہی ہوں۔ اگر تجھے میری یہ سب باتیں منظور ہیں تو جا اور جا کر گڈی کو بھی ایسا کرنے کی اجازت دے دے جو تو مجھ سے چاہتا ہے، کیونکہ اس لڑکے کو بھی میں نے یہ ہی الفاظ گڈی سے لکھوا کے دیے، اور اگر میں ایسا نہ کرتی تو وہ لڑکا بھی راہ راست پر نہ آتا، اور تیری بہن بھی گمراہ ہو چکی ہوتی۔

اب آخری دو باتیں جن کا تو اپنے اللہ سے وعدہ کرنا، تو نے مجھ پر بری نظر ڈالی تو تیرے لیے اللہ نے یہ مکافات عمل والا سبق پیدا کیا، اور میں نے تیری بہن کو بری راہ سے بچایا۔ اس لیے میں بھی اللہ کی عطا کردہ ہمت سے تیری گمراہی اور اللہ کی ناراضگی والے جال سے بچ گئی ہوں۔ اب اگر میرا تیری بہن پر احسان ہے، تو اس کو بھول کر اپنی گناہ کی ضد پر قائم رہنا چاہتا ہے تو اس دفعہ یاد رکھنا کہ اللہ نے تجھے چار بہنیں اور ایک ماں دی ہے۔ میں بھی اللہ سے دعا کروں گی کہ اللہ تجھے اور تیرے گھر والوں کو گمراہی اور ایسے گناہ سے بچائے اور تو بھی اللہ سے توبہ کر کہ حضرت علیؓ جن سے تیری محبت مشہور ہے، ان سے سچی اور دکھلاوے سے پاک محبت کرنے لگ جا اور ان جیسی عظیم اور پاک ہستی کی محبت میں کسی عورت کو نہ لا، ایسا نہ ہو جس حوا نے آدم کو جنت سے نکلوایا ہے، وہ تجھے اس دنیا میں کہیں کا نہ چھوڑے، اور تیری وہ پگڑی جس پر تجھے مان ہے، خاک کا حصہ بن جائے، اور تیرے گھر میں عورت کا جنم لینا گناہ سمجھا جانے لگے۔ میں چاہتی تو اپنے حقیقی غیرت مند بھائی کو بتا دیتی مگر میں نے تجھے تیری بہن کی خاطر معاف کیا، کیونکہ تیرے لیے جیسا کرو گے ویسا بھرو گے، سمجھنا مشکل نہیں رہا۔ اپنی بہن کو اس لڑکے کا مت پوچھنا، ایسا نہ ہو کہ میرا بھائی بھی مجھ سے ایسی ضد کرے، اس

وقت سب سے اچھا حل اللہ کی بارگاہ میں سچی معافی ہے، میں تجھے اللہ کے نام پر معاف کرتی ہوں، اللہ سے بھی اس کی ایک سیدزادی بندی نے تعلق غلط سوچ رکھنے کی معافی مانگ لینا۔
یہ میرا پہلا پیار کا خط ہے، میں اعتراف کرتی ہوں کہ میں اللہ سے اس کے حبیب ﷺ سے پیار کرتی ہوں، اگر جس چیز کی تو دعوت دیتا ہے، یہ میرے نبی پاک ﷺ کی سیرت میں ہوتی تو میں اس پر عمل کرتی، اور اگر ایسا عمل اور اس کی مثال اماں فاطمہؓ کی زندگی میں ملتی تو میں اس پر عمل کرتی، اور اگر ان کی زندگی میں نہیں، اور میری اور تیری، والدہ کی زندگی میں ایسی ایک نہیں ہزار مثالیں بھی ہوتیں تو بھی تو مجھے ہرگز اس دعوت کا قبول کرنے والا نہ پاتا، اللہ تیری بہنوں اور میری عزت کی حفاظت فرمائے۔ میں اللہ سے پیار کرتی ہوں۔۔۔ میں اللہ سے پیار کرتی ہوں۔۔۔ میں اللہ سے پیار کرتی ہوں،۔۔۔۔۔ والسلام۔۔۔ اللہ کی بندی۔۔۔ محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی امتی۔۔۔ امت محمد صلی اللہ علیہ وسلم کی بیٹی۔
ابن ربانی کہتا ہے "اے آج کے لڑکے اس خط کی تشریح کی ضرورت نہیں، تو جان گیا ہوگا کہ وہ لڑکا کیوں بے ہوش ہوا، میں اس خط کو راز بناتا مگر آج کے لڑکے جو کر رہے ہیں، وہ اس انجام کے انجام سے واقف نہیں، اب ایک نصیحت تجھے بھی کرتا ہوں، اگر تو اس خط کو پڑھنے کے بعد اپنی طبیعت میں کچھ بھی فرق پاتا ہے تو اپنے ان دوستوں کو ضرور پڑھانا جو ایسی برائی کی طرف جا رہے ہیں، امید ہے کہ وہ رک جائیں گے۔ اللہ سے دعا بھی کرنا ان کے حق میں، اور بس۔ تیری ماں، بہن، بیوی اور بیٹی کی عزت تیرے ہاتھ میں ہے، اگر ابلیس پھر بھی تجھے ورغلانے میں کامیاب ہو گیا تو جان لے کہ تو نے لوگوں کو اپنے گھر زنا کی دعوت دے دی۔ دنیا کے بازار میں اچھا برا سب ملتا ہے، اب تیری مرضی ہے۔

درودِ تاج کے کمالات

صاحب کشف بننے کیلئے

درود تاج بے پناہ فیوض و برکات کا منبع ہے اور یہ عاشقان رسول ﷺ کا محبوب وظیفہ ہے بے شمار صوفیا اور اولیاء نے یہ درود پاک خود پڑھا اور اپنے سلسلہ طریقت میں اپنے عقیدتمندوں کو پڑھنے کی تلقین کی۔ اس درود پاک میں پڑھنے والے کو صاحب کشف بنا دینے کی خصوصیت بہت نمایاں ہے۔ لہٰذا اگر کوئی شخص صاحب کشف بننا چاہے تو اسے چاہیے کہ اس درود پاک کو روزانہ سو مرتبہ پڑھے، اور تین سال تک یہی معمول جاری رکھے ان شاء اللہ اس عرصہ میں صاحب کشف بن جائے گا اور اگر وہ اس سلسلے کو تا حیات جاری رکھے تو وہ صاحب روحانیت بن جائے گا کیونکہ درود صفائی قلب کی بے نہایت ہی اکسیر کا درجہ رکھتا ہے اس لیے جو شخص اس درود پاک کو روزانہ کم از کم تین مرتبہ پڑھتا ہو اس کا دل گناہوں سے پاکیزہ ہو جاتا ہے اور نیک راستے پر گامزن ہو جاتا ہے۔

زیارتِ رسول ﷺ

اگر کوئی شخص رسول اکرم ﷺ کی زیارت کا خواہش مند ہو تو وہ اسے شب جمعہ میں ۱۷۰ مرتبہ پڑھے اور ۴۰ جمعہ تک یہی عمل جاری رکھے ان شاء اللہ شرف زیارت سے مشرف ہوگا۔

دفع سحر یا آسیب یا جن شیاطین

دفع سحر یا آسیب یا جن شیاطین کے تنگ کرنے کی صورت میں اس درود پاک کو 11 مرتبہ پڑھیں ان شاء اللہ آسیب یا جن وغیرہ ہوا تو دفع ہو جائے گا۔

شفائے امراض کے لیے

شفائے امراض کے لیے پانی پر گیارہ مرتبہ پڑھ کر دم کرنا شفایابی کا موجب ہوگا۔

اضافہ رزق کے لیے

اضافہ رزق کے لیے بعد نماز فجر ۷ مرتبہ روزانہ وظیفہ کے طور پر پڑھنا روزی میں اضافے کا سبب بنتا ہے۔

دشمنوں، ظالموں، حاسدوں سے بچنے کیلئے

دشمنوں ظالموں، حاسدوں اور حاکموں کی زیادتیوں سے بچنے کے لیے اسے روزانہ ایک بار پڑھنا ہی کافی ہے۔

نیک مقصد یا حاجت کے لیے

کسی نیک مقصد یا حاجت کے لیے نصف شب کے بعد چالیس مرتبہ صدق دل سے پڑھنا بہت اکسیر ہے۔

تسخیر خلق

اگر کوئی حب تسخیر خلق کے لیے اس کا عامل بننا چاہے تو اسے چاہیے کہ چالیس رات خلوت میں بیٹھ کر روزانہ ۱۱۱ مرتبہ پڑھے ان شاء اللہ چلہ مکمل ہونے پر جس کی طرف توجہ کرے گا وہی قائل ہو کر اسیر ہو جائے گا۔

اولاد کیلئے

بانجھ عورت کے واسطے اکیس خرموں پر سات دفعہ پڑھ کر دم کرے اور ہر روز ایک خرما اس کو کھلائے پھر غسل طہارت اس سے ہم بستر ہو۔ خدا کے فضل سے فرزند صالح پیدا ہوگا۔ اگر عورت حاملہ کو کسی بھی قسم کا خلل ہو تو سات دن تک سات مرتبہ روزانہ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلائے۔ مالک کے فضل سے ان شاء اللہ خیر ہوگی۔

اعلان نمبر 1: وہ حضرات جو درودِ تاج کے کمالات کو پانا چاہتے ہیں انکے لئے نادر موقعہ

شیخ ابوعبداللہ حامد شافی مدظلہ علیہ شعبان المعظم کی نوچندی جمعرات (19 اپریل) سے درود تاج کا عمل اپنی زیر نگرانی کروائیں گے (رات گیارہ سے 1 بجے تک) وہ تمام حضرات جو اس عمل کو کرنا چاہتے ہیں خانقاہ سے رابطہ کریں۔ خواتین کیلئے علیحدہ باپردہ انتظام ہوگا۔ رابطہ نمبر:

اعلان نمبر 2 "الشافیہ" کے قارئین سے گزارش ہے کہ آپکو جس وظیفہ/عمل سے نفع ہوا ہے اسکے بارے ضرور لکھیں تاکہ آپکی تحریر دوسروں کیلئے ترغیب کا باعث بنے۔۔۔
اگر آپکے پاس کوئی مجرب عمل ہے جس سے آپ نے خود نفع اٹھایا یا آپکو کسی بزرگ سے اجازت ہے وہ ضرور "الشافیہ" کو ہدیہ کریں تاکہ ہم سب ملکر دکھی انسانیت کے دکھ بانٹ سکیں آپکا ہدیہ کیا ہوا عمل کسی کی دنیا و آخرت سنوار سکتا ہے اسلیے بخیل نہیں بنئے۔ "الشافیہ" آپکے ہدیہ کا منتظر ہے۔

اعلان نمبر 3 شیخ ابوعبداللہ حامد شافی مدظلہ علیہ روزانہ مغرب سے عشاء اندرون و بیرون ملک کی فون کالز سنتے ہیں آپ سے التماس ہے کہ مقررہ اوقات کے علاوہ کال مت کریں۔ صرف ایس ایم ایس (SMS) کی اجازت ہے۔ اور کال کی صورت میں مختصر بات کریں تاکہ دوسروں کو بھی موقع مل سکے۔ تعاون کا شکریہ۔۔۔۔۔۔ رابطہ نمبر: 0092-313-6023366

اعلان نمبر 4 تمام مریدین و سالکین بعد از محفل ذکر شیخ مدظلہ علیہ سے ملاقات کے خواہشمند ہوتے ہیں جو کہ ممکن نہیں ہے۔ اس لیے ٹوکن سسٹم رائج کیا گیا ہے۔ ملاقات کے متمنی حضرات نماز مغرب سے 20 منٹ پہلے تشریف لائیں اور ٹوکن حاصل کر لیں۔ بغیر ٹوکن ملاقات ہرگز نہیں ہوگی۔

سات سوال سات جواب

سوال نمبر 1: جنت کہاں ہے؟

جواب: جنت ساتوں آسمانوں کے اوپر ساتوں آسمانوں سے جدا ہے، کیونکہ ساتوں آسمان قیامت کے وقت فنا اور ختم ہونے والے ہیں، جبکہ جنت کو فنا نہیں ہے، وہ ہمیشہ رہے گی، جنت کی چھت عرش رحمن ہے۔

سوال نمبر 2: جہنم کہاں ہے؟

جواب: جہنم ساتوں زمین کے نیچے ایسی جگہ ہے جس کا نام "سجین" ہے۔ جہنم جنت کے بازو میں نہیں ہے، جیسا کہ بعض لوگ سوچتے ہیں۔ جس زمین پر ہم رہتے ہیں یہ پہلی زمین ہے، اس کے علاوہ چھ زمینیں اور ہیں۔ جو ہماری زمین کے نیچے ہماری زمین سے علیحدہ اور جدا ہیں۔

سوال نمبر 3: سدرۃ المنتہیٰ کیا ہے؟

جواب: سدرہ عربی میں بیری/اور بیری کے درخت کو کہتے ہیں، المنتہیٰ یعنی آخری حد، یہ بیری کا درخت وہ آخری مقام ہے۔ جو مخلوقات کی حد ہے، اس سے آگے حضرت جبرئیل بھی نہیں جا پاتے ہیں۔ سدرۃ المنتہیٰ ایک عظیم الشان درخت ہے، اس کی جڑیں چھٹے آسمان میں اور اونچائیاں ساتویں آسمان سے بھی بلند ہیں، اس کے پتے ہاتھی کے کان جتنے اور پھل بڑے گھڑے جیسے ہیں، اس پر سنہری تتلیاں منڈلاتی ہیں، یہ درخت جنت سے باہر ہے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے حضرت جبریل علیہ السلام کو اسی درخت کے پاس ان کی اصل صورت میں دوسری مرتبہ دیکھا تھا، جبکہ آپ ﷺ نے انہیں پہلی مرتبہ اپنی اصل صورت میں مکہ مکرمہ میں مقام اجیاد پر دیکھا تھا۔

سوال نمبر 4: حور عین کون ہیں؟

جواب: حور عین جنت میں مومنین کی بیویاں ہوں گی، یہ نہ انسان ہیں نہ جن ہیں اور نہ ہی فرشتہ ہیں، اللہ تعالیٰ نے انہیں مستقل پیدا کیا ہے، یہ اتنی خوبصورت ہیں کہ اگر دنیا میں ان میں سے کسی ایک کی محض جھلک دکھائی دے جائے، تو مشرق اور مغرب کے درمیان روشنی ہو جائے۔ حور عربی زبان کا لفظ ہے، اور حوراء کی جمع ہے، اس کے معنی ایسی آنکھ جس کی پتلیاں نہایت سیاہ ہوں اور اس کے اطراف نہایت سفید ہوں۔ اور عین عربی میں عیناء کی جمع ہے۔ اس کے معنی ہیں بڑی بڑی آنکھوں والی۔

سوال 5: ولدان مخلدون کون ہیں؟

جواب: یہ اہل جنت کے خادم ہیں، یہ بھی انسان یا جن یا فرشتے نہیں ہیں، انہیں اللہ تعالیٰ نے اہل جنت کی خدمت کے لئے مستقل پیدا کیا ہے، یہ ہمیشہ ایک ہی عمر کے یعنی بچے ہی رہیں گے، اس لیے انہیں "الولدان المخلدون" کہا جاتا ہے۔ سب سے کم درجہ کے جنتی کو دس ہزار ولدان مخلدون عطا ہوں گے۔

سوال نمبر 6: اعراف کیا ہے؟

جواب: جنت کی چوڑی فصیل کو اعراف کہتے ہیں۔ اس پر وہ لوگ ہوں گے۔ جن کے نیک اعمال اور برائیاں دونوں برابر ہوں گی، ایک لمبے عرصہ تک وہ اس پر رہیں گے۔ اور اللہ سے امید رکھیں گے کہ اللہ تعالیٰ انہیں بھی جنت میں داخل کر دے۔ انہیں وہاں بھی کھانے پینے کے لیے دیا جائے گا، پھر اللہ تعالیٰ انہیں اپنے فضل سے جنت میں داخل کر دے گا۔

سوال نمبر 7: قیامت کے دن کی مقدار اور لمبائی کتنی ہے؟

جواب: پچاس ہزار سال کے برابر جیسا کہ قرآن مجید میں ارشاد ہے: تعرج الملئكة و الروح اليه في يوم كان مقداره خمسين الف سنة۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ "قیامت کے پچاس موقف ہیں، اور ہر موقف ایک ہزار سال کا ہوگا۔" جب آیت "يوم تبدل الأرض غير الأرض و السماوات" نازل ہوئی۔ تو حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم سے پوچھا کہ "یا رسول اللہ جب یہ زمین و آسمان بدل دیئے جائیں گے تب ہم کہاں ہوں گے؟" آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا: تب ہم پل صراط پر ہوں گے۔ پل صراط پر سے جب گزر ہوگا۔ اس وقت صرف تین جگہیں ہوں گی ① جہنم ② جنت ③ پل صراط

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "سب سے پہلے میں اور میرے امتی پل صراط کو طے کریں گے۔"

پل صراط کی تفصیل: قیامت میں جب موجودہ آسمان اور زمین بدل دیے جائیں گے اور پل صراط پر سے گزرنا ہوگا وہاں صرف دو مقامات ہوں گے۔

جنت اور جہنم: جنت تک پہنچنے کے لیے لازماً جہنم کے اوپر سے گزرنا ہوگا۔

جہنم کے اوپر ایک پل نصب کیا جائے گا، اسی کا نام "الصراط" ہے، اس سے گزر کر جب اس کے پار پہنچیں گے وہاں جنت کا دروازہ ہوگا، وہاں نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم موجود ہوں گے اور اہل جنت کا استقبال کریں گے۔

یہ پل صراط درج ذیل صفات کا حامل ہوگا: ① بال سے زیادہ باریک ہوگا ② تلوار سے زیادہ تیز ہوگا ③ سخت اندھیرے میں ہوگا، اس کے نیچے گہرائیوں میں جہنم بھی نہایت تاریکی میں ہوگی۔ سخت بپھری ہوئی اور غضبناک ہوگی ④ گناہ گار کے گناہ اس پر سے گزرتے وقت مجسم اس کی پیٹھ پر ہوں گے، اگر اس کے گناہ زیادہ ہوں گے تو اس کے بوجھ سے اس کی رفتار ہلکی ہوگی، اللہ تعالیٰ ہمیں اس صورت سے اپنی پناہ میں رکھے اور جو شخص گناہوں سے ہلکا ہوگا تو اس کی رفتار پل صراط پر تیز ہوگی ⑤ اس پل کے اوپر آنکڑے لگے ہوئے ہوں گے اور نیچے کانٹے لگے ہوں گے جو قدموں کو زخمی کر کے اسے متاثر کریں گے۔ لوگ اپنی بداعمالیوں کے لحاظ سے اس سے متاثر ہوں گے ⑥ جن لوگوں کی بے ایمانی اور بداعمالیوں کی وجہ سے ان کے پیر پھسل کر وہ جہنم کے گڑھے میں گر رہے ہوں گے ان کی بلند چیخ پکار سے پل صراط پر دہشت طاری ہوگی۔

رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم پل صراط کی دوسری جانب جنت کے دروازے پر کھڑے ہوں گے، جب تم پل صراط پر پہلا قدم رکھ رہے ہو گے آپ صلی اللہ علیہ وسلم تمہارے لیے اللہ تعالیٰ سے دعا کرتے ہوئے کہیں گے۔ "يَا رَبِّ سَلِّمْ. يَا رَبِّ سَلِّمْ"

آپ بھی نبی ﷺ کے لیے درود پڑھیے: لَآ إِلٰهَ إِلَّا اللهُ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَ بَارِكْ عَلٰى سَيِّدِنَا وَ مَوْلَانَا شَافِي۔ لوگ اپنی آنکھوں سے اپنے سامنے بہت سوں کو پل صراط سے گرتا ہوا دیکھیں گے اور بہت سوں کو دیکھیں گے کہ وہ اس سے نجات پا گئے ہیں۔ بندہ اپنے والدین کو پل صراط پر دیکھے گا لیکن ان کی کوئی فکر نہیں کرے گا، وہاں تو بس ایک ہی فکر ہوگی کہ کسی طرح خود پار ہو جائے۔

روایت میں ہے کہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا قیامت کو یاد کر کے رونے لگیں، رسول ﷺ نے پوچھا: عائشہ کیا بات ہے؟ حضرت عائشہ نے فرمایا: مجھے قیامت یاد آ گئی، یا رسول اللہ کیا ہم وہاں اپنے والدین کو یاد رکھیں گے؟ کیا وہاں ہم اپنے محبوب لوگوں کو یاد رکھیں گے؟

آپ ﷺ نے فرمایا: ہاں یاد رکھیں گے، لیکن وہاں تین مقامات ایسے ہوں گے جہاں کوئی یاد نہیں رہے گا۔ ① جب کسی کے اعمال تولے جائیں گے۔ ② جب نامہ اعمال دیئے جائیں گے۔ ③ جب پل صراط پر ہوں گے۔

دنیاوی فتنوں کے مقابلے میں حق پر جمے رہو۔ دنیاوی فتنے تو سراب ہیں۔ ان کے مقابلہ میں ہمیں مجاہدہ کرنا چاہیے، اور ہر ایک کو دوسرے کی جنت حاصل کرنے پر مدد کرنا چاہئے جس کی وسعت آسمانوں اور زمین سے بھی بڑھی ہوئی ہے۔

اس پیغام کو آگے بڑھاتے ہوئے صدقہ جاریہ کی نیت کرنا نہ بھولیں۔ یا اللہ ہمیں ان خوش نصیبوں میں کر دیجئے جو پل صراط کو آسانی سے پار کر لیں گے۔ اے پروردگار ہمارے لئے حسن خاتمہ کا فیصلہ فرمایئے۔ آمین۔۔ اس تفصیل کے بعد بھی کیا گمان ہے کہ وہاں کوئی رشتہ داریاں نبھائے گا، جس کے لئے تم یہاں اپنے اعمال برباد کر رہے ہو؟ مخلوق کے بجائے خالق کی فکر کرو۔ اپنے نفس کی فکر کرو کتنی عمر گزر چکی ہے اور کتنی باقی ہے کیا اب بھی لاپرواہی اور عیش کی گنجائش ہے؟

جہنم سے نجات کا وظیفہ

7 مرتبہ صبح۔شام بعد از نماز فجر اور مغرب اَللّٰهُمَّ اَجِرْنَا مِنَ النَّارِ يَا مُجِيْرُ پڑھنے سے اللہ رب العزت جہنم سے محفوظ فرمائے گا۔ (اجازت عام ہے)

دجال کون ہے۔۔۔؟

دجال یہودیوں کی نسل سے ہوگا جس کا قد ٹھگنا ہوگا، دونوں پاؤں ٹیڑھے ہونگے۔ جسم پر بالوں کی بھرمار ہوگی، رنگ سرخ یا گندمی ہوگا سر کے بال حبشیوں کی طرح ہونگے، ناک چونچ کی طرح ہوگی، بائیں آنکھ سے کانا ہوگا دائیں آنکھ میں انگور کے بقدر ناخنہ ہوگا۔ اس کے ماتھے پر ک، اف، ر لکھا ہوگا، جسے ہر مسلمان بآسانی پڑھ سکے گا، اس کی آنکھ سوئی ہوگی مگر دل جاگتا رہے گا شروع میں وہ ایمان و اصلاح کا دعویٰ لے کر اٹھے گا، لیکن جیسے ہی تھوڑے بہت متبعین میسر ہوں گے وہ نبوت اور پھر خدائی کا دعویٰ کرے گا۔ اس کی سواری بھی اتنی بڑی ہوگی کہ اسکے دونوں کانوں کا درمیانی فاصلہ ہی چالیس گز کا ہوگا۔ ایک قدم تا حد نگاہ مسافت کو طے کرلے گا دجال پکا جھوٹا اور اعلیٰ درجہ کا شعبدے باز ہوگا، اس کے پاس غلوں کے ڈھیر اور پانی کی نہریں ہونگی، زمین میں مدفون تمام خزانے باہر نکل کر شہد کی مکھیوں کی مانند اس کے ساتھ ہولیں گے۔ جو قبیلہ اس کی خدائی پر ایمان لائے گا دجال اس پر بارش برسائے گا جس کی وجہ سے کھانے پینے کی چیزیں ابل پڑیں گے، درختوں پر پھل آجائیں گے، کچھ لوگوں سے آکر کہے گا کہ اگر میں تمہارے ماں باپوں کو زندہ کردوں تو تم کیا میری خدائی کا اقرار کرو گے؟ لوگ اثبات میں جواب دیں گے۔ اب دجال کے شیطان ان لوگوں کے ماں باپوں کی شکل لے کر نمودار ہوں گے نتیجتاً بہت سے افراد ایمان سے ہاتھ دھو بیٹھیں گے۔ اس کی رفتار آندھیوں سے زیادہ تیز اور بالوں کی طرح رواں ہوگی، وہ کرشموں اور شعبدہ بازیوں کو لے کر دنیا کے ہر ہر چپہ کو روندے گا، تمام دشمنانِ اسلام اور دنیا بھر کے یہودی امتِ مسلمہ کے بغض میں اس کی پشت پناہی کر رہے ہوں گے۔ وہ مکہ معظمہ میں گھسنا چاہے گا مگر فرشتوں کی پہرا داری کی وجہ سے ادھر گھس نہ پائے گا اس لئے نامراد و ذلیل ہو کر واپس مدینہ منورہ کا رخ کرے گا، اس وقت مدینہ منورہ کے سات دروازے ہوں گے اور ہر دروازے پر فرشتوں کا پہرا ہوگا۔ لہٰذا یہاں پر بھی منہ کی کھانی پڑے گی۔ انہی دنوں مدینہ منورہ میں تین مرتبہ زلزلہ آئے گا جس سے گھبرا کر بہت سارے بے دین شہر سے نکل کر بھاگ نکلیں گے، باہر نکلتے ہی دجال انہیں لقمہ تر کی طرح نگل لے گا۔ آخر ایک بزرگ اس سے بحث و مناظرہ کے لئے نکلیں گے اور خاص اس کے لشکر میں پہنچ کر اس کی بابت دریافت کریں گے لوگوں کو اس کی باتیں شاق گزریں گی لہٰذا اس کے قتل کا فیصلہ کریں گے، مگر چند افراد آڑے آکر یہ کہہ کر روک دیں گے کہ ہمارے خدا دجال کی اجازت کے بغیر اس کو قتل نہیں کیا جاسکتا ہے۔

چنانچہ اس بزرگ کو دجال کے دربار میں حاضر کیا جائے گا۔ جہاں پہنچ کر یہ بزرگ چلا اٹھے گا کہ میں نے پہچان لیا کہ تو ہی دجال ملعون ہے۔ اور رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے ہمیں تیرے ہی خروج کی خبر دی تھی۔ دجال اس خبر کو سنتے ہی آپے سے باہر ہوجائے گا اور اس کو قتل کرنے کا فیصلہ کرے گا درباری فوراً اس کے دو ٹکڑے کردیں گے، دجال اپنے حواریوں سے کہے گا کہ اب اگر میں اس کو دوبارہ زندہ کردوں تو کیا تم کو میری خدائی کا پختہ یقین ہوجائے گا۔ یہ دجالی گروپ کہے گا کہ ہم تو پہلے ہی سے آپ کو خدا مانتے ہوئے آرہے ہیں، البتہ اس معجزہ سے ہمارے یقین میں اور اضافہ ہوجائے گا۔ دجال اس بزرگ کے دونوں ٹکڑوں کو اکٹھا کر کے زندہ کرنے کی کوشش کرے گا ادھر وہ بزرگ بوجہ حکم الٰہی کھڑے ہوجائیں گے اور کہیں گے اب تو مجھے اور زیادہ یقین آگیا کہ تو ہی دجال ملعون ہے وہ جھنجھلا کر دوبارہ انہیں ذبح کرنا چاہے گا لیکن اب اسکی قدرت سلب کرلی جائے گی دجال شرمندہ ہو کر انہیں اپنی جہنم میں جھونک دے گا لیکن یہ آگ ان کے لئے ٹھنڈی اور گلزار بن جائے گی۔ اس کے بعد وہ شام کا رخ کرے گا لیکن دمشق پہنچنے سے پہلے ہی حضرت مہدی علیہ السلام وہاں آچکے ہوں گے۔ دجال دنیا میں صرف چالیس دن رہے گا ایک دن ایک سال دوسرا ایک مہینہ اور تیسرا ایک ہفتہ کے برابر ہوگا بقیہ معمول کے مطابق ہوں گے۔۔۔ امام مہدی علیہ السلام دمشق پہنچتے ہی زور و شور سے جنگ کی تیاری شروع کردیں گے لیکن صورت حال بظاہر دجال کے حق میں ہوگی، کیونکہ وہ اپنے مادی و افرادی طاقت کے بل پر پوری دنیا میں دھاک بٹھا چکا ہوگا اس لئے عسکری طاقت کے اعتبار سے تو اس کی شکست بظاہر مشکل ہوگی مگر اللہ کی تائید اور نصرت کا سب کو یقین ہوگا۔ حضرت مہدی علیہ السلام اور تمام مسلمان اسی امید کے ساتھ دمشق میں دجال کے ساتھ جنگ کی تیاریوں میں ہوں گے۔ تمام مسلمان نمازوں کی ادائیگی دمشق کی قدیم شہرہ آفاق مسجد میں جامع اموی میں ادا کرتے ہوں گے۔ ملی شیرازہ، لشکر کی ترتیب اور یہودیوں کے خلاف صف بندی کو منظم کرنے کے ساتھ ساتھ مہدی علیہ السلام دمشق میں اس کو اپنی فوجی سرگرمیوں کا مرکز بنائیں گے۔ اور اس وقت یہی مقام ان کا ہیڈ کوارٹر ہوگا۔ امام مہدی علیہ السلام ایک دن نماز پڑھانے کے لئے مصلے کی طرف بڑھیں گے، تو عین اسی وقت حضرت عیسیٰ علیہ السلام کا نزول ہوگا۔ نماز سے فارغ ہو کر لوگ دجال کے مقابلے کے لئے نکلیں گے دجال حضرت عیسیٰ علیہ السلام کو دیکھ کر ایسا گھلنے لگے گا جیسے نمک پانی میں گھل جاتا ہے۔ پھر حضرت عیسیٰ علیہ السلام آگے بڑھ کر اس کو قتل کردیں گے اور حالت یہ ہوگی کہ شجر و حجر آواز لگائیں گے کہ اے روح اللہ میرے پیچھے یہودی چھپا ہے، چنانچہ وہ دجال کے چیلوں میں سے کسی کو بھی نہ چھوڑیں گے۔ پھر وہ صلیب کو توڑیں گے یعنی صلیب پرستی ختم کریں گے خنزیر کو قتل کر کے جنگ کا خاتمہ کریں گے اور اس کے بعد مال و دولت کی ایسی فراوانی ہوگی کہ اسے کوئی قبول نہ کرے گا اور لوگ ایسے دین دار ہوجائیں گے کہ ان کے نزدیک ایک سجدہ دنیا و مافیہا سے بہتر ہوگا۔ (مسلم، ابن ماجہ، ابوداود، ترمذی، طبرانی، حاکم، احمد)

(یاد رہے کہ فتنہ دجال سے آگاہی تمام انبیاء علیھم السلام کی سنت ہے جبکہ آج یہ سنت مٹ چکی ہے لہٰذا اس سنت کو زندہ کرتے ہوئے اس مضمون کو بار بار پڑھیں اور دوسروں تک پہنچائیں) جزاک اللہ خیرا۔

غسلِ شفاء، لاعلاج بیماریوں کا کامیاب علاج

غسل شفاء تھکاوٹ، ڈپریشن، ٹینشن، چڑچڑاپن، نفسیاتی مسائل اور لاعلاج امراض کا کامیاب علاج ہے اور لمبی، بابرکت، پروقار، صحت مند اور خوشحال زندگی کیلئے اکسیر عمل ہے۔ بچے، بوڑھے، نوجوان مرد عورت سب کرسکتے ہیں، اس عمل کو 7، 11، 21 اور موذی مرض میں مبتلا مریض 41 دن مسلسل کریں اور روزانہ کی بنیاد پر کریں اسی طرح جادو کے مریض روزانہ غسل شفاء کریں۔ اور اگر کوئی معمول بنالے غسل شفاء کا تو رب کریم اسکو جادو، نظر بد، حسد اور لاعلاج موذی امراض، باطنی امراض رذیلہ سے محفوظ فرمائے گا۔ روحانی غسل شفاء کرنے والے کو عبادت میں کیفیات حاصل ہوں گی جذب و سرور ملے گا اللہ کا قرب عطا ہوگا۔ حضور صلی اللہ علیہ وسلم کی محبت بڑھے گی درود شریف پڑھنے کی رغبت مزید بڑھے گی اور اکثر خواب میں اولیاء اکرام، مقامات مقدسہ، ملائکہ اور انبیاء علیہ السلام کی زیارت سے مشرف ہوگا۔ رب کریم اس پر آنے والے حالات کو منکشف فرمائے گا اور مرنے سے پہلے جنت میں اپنا مقام ضرور دیکھ لے گا۔

غُسلِ شِفاء کا طریقہ معمول کا غسل کرنے سے پہلے یعنی واش روم جانے سے پہلے ایک مگ پانی کا لیں اور اس پر خضری عمل پڑھیں۔ خضری عمل یہ ہے۔

1. سورۃ الفاتحہ۔ 7 بار۔ 2. آیت الکرسی۔ 7 بار۔ 3. سورۃ الکافرون 7 بار
4. سورۃ الاخلاص۔ 7 بار 5. سورۃ الفلق۔ 7 بار 6. سورۃ الناس۔ 7 بار
7. سُبْحَانَ اللهِ وَالْحَمْدُ لِلّٰهِ وَلَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ وَاللّٰهُ اَكْبَرُ 7 بار۔
8. اول و آخر درود پاک (جو بھی یاد ہو)۔ 7 بار۔

(نوٹ: تمام سورتیں بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کے ساتھ پڑھنی ہیں۔)

اور پانی پہ دم کردیں پھر اسی پانی میں 10-15 قطرے گلاب کی خوشبو کے ڈال دیں اور یہ ڈبہ/مگ پانی کا آپ واش روم ساتھ لے جائیں پہلے معمول کا غسل کریں جب غسل سے فارغ ہوجائیں پھر بالٹی میں تھوڑا سا پانی لیں اور یہ دم کیا ہوا خوشبو والا پانی اپنے اوپر بہالیں۔ پہلا ڈبہ پانی کا دائیں کندھے پر، پھر دوسرا ڈبہ پانی کا بائیں کندھے پر اور پھر تیسرا ڈبہ پانی کا سر پہ ڈال لیں۔ بس یہ روحانی غسل شفاء ہوگیا اور جو پانی ٹب میں گرا ہے اسکو گھر کی چھت پہ ڈال دیں، لان میں ڈال دیں اور اگر گھر میں لان نہیں تو کسی گملے میں ڈال دیں (تاکہ بے ادبی نہ ہے) کچھ عرصہ روحانی غسل شفاء مسلسل کریں پھر آپ انشاءاللہ العزیز اس کے کرشمات دیکھ کر دنگ رہ جائیں گے۔ (اجازت عام ہے)

روحانی غسل شفاء کرنے پر جو آپکو نفع ہو ضرور تحریر کریں آپکی تحریر دوسروں کیلئے ترغیب ثابت ہوسکتی ہے۔۔۔ آپکی تحریر کا منتظر۔۔۔ الشافیہ

دجالی فتنوں سے محفوظ رہنے کا عمل

200 مرتبہ سورۃ اخلاص بِسْمِ اللهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ کے ساتھ اول و آخر 11 دفعہ درود پاک روزانہ پڑھیں انشاءاللہ العزیز ساری زندگی ایمان محفوظ رہے گا ہر فتنہ سے اللہ رب العزت حفاظت فرمائے گا۔ (اجازت عام ہے۔)

میاں بیوی میں محبت

سورہ اخلاص 41 بار پڑھی جائے اسکے اول تا آخر درود پاک کو پڑھا جائے اور شیرینی پر دم کرکے ناراض میاں بیوی کو کھلائی جائے تو دونوں میں باہمی محبت بڑھے گی (یہ عمل نکاح میں بندھے میاں بیوی کیلئے ہے بصورت دیگر سنگین نتائج نکلیں گے)

کینسر کا شافی علاج

کینسر کا مریض خود اور اس کے لواحقین مل کر سوا کروڑ مرتبہ درود شافیہ پڑھیں۔ ان شاء اللہ العزیز ایک نصاب پڑھنے سے ہی مریض صحت یاب ہوجائے گا۔ درود شافیہ یہ ہے۔ لَآ اِلٰهَ اِلَّا اللّٰهُ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَبَارِكْ عَلٰى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا شَافِيْ۔

تجھ سا کوئی نہیں

سیدنا و مولانا شاف صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم

وہ تیئیس سال کے مختصر عرصہ میں دُنیا کو تبدیل کر دینے والا۔۔۔وہ فقر کو اختیار کر کے فقیروں کو غنی کرنے والا۔۔۔وہ راتوں کو اُٹھ کر میرے اور آپ کیلئے رونے والا۔۔۔وہ صدیوں پہلے ہماری بخشش کیلئے خُدا سے دعائیں مانگنے والا۔۔۔وہ نماز میں کھڑے کھڑے پاؤں سُجا لینے والا۔۔۔وہ ہنس کر روشنیاں بکھیرنے والا۔۔۔وہ رو کر غم کو اپنے سینے میں سما لینے والا۔۔۔وہ اُمت کے غم میں ہلکان ہو جانے والا۔۔۔وہ چڑیا کے بچوں کو دیکھ کر بے قرار ہونے والا۔۔۔وہ آنکھوں سے انسان کو مسحور کر دینے والا۔۔۔وہ امام الانبیاء، وہ خاتم الرسل۔۔۔وہ دُنیا کا سب سے بڑا رہنما۔۔۔وہ دنیا کا سب سے عظیم استاد۔۔۔وہ دنیا کا کامیاب ترین حکمران۔۔۔وہ دنیا کا زیرک ترین سیاستدان۔۔۔وہ بے مثال شوہر۔۔۔وہ باکمال باپ۔۔۔وہ قابل فخر نانا۔۔۔وہ پیر کامل۔۔۔وہ جس کی محبت مری رگ رگ میں شامل۔۔۔وہ چلے تو فاصلے سمٹ کر معراج بن جائیں۔۔۔وہ رُکے تو زمانہ سانس لینا بھول جائے۔۔۔وہ قدرت پا لینے کے بعد غلاف کعبہ پکڑ کر جانی دشمنوں کو معاف کرنے والا۔۔۔وہ پتھر کھا کر دُعائیں دینے والا۔۔۔وہ بادشاہ ہو کر بھی عامی کی زندگی گزارنے والا۔۔۔وہ قاسم ہو کر بھی پیٹ پر پتھر باندھنے والا۔۔۔وہ چاند کے دو ٹکڑے کرنے والا۔۔۔وہ ٹوٹے دلوں کو جوڑنے والا۔۔۔وہ یتیموں کے سر پر ہاتھ رکھنے والا۔۔۔وہ بکنے والے (حضرت زیدؓ) کو اپنا بچہ بنا لینے والا۔۔۔وہ دشمنوں کو زیر کرنے والا۔۔۔وہ پیار کی انتہا کرنے والا۔۔۔وہ شافع میرا آخری سہارا۔۔۔میری آخری اُمید۔۔۔میری منزل۔۔۔میرا پیار۔۔۔میری جان۔۔۔میرا مال۔۔۔میرا لہو۔۔۔میرے ماں باپ۔۔۔میری زندگی اُس پر قربان۔۔۔وہ جس کی تعریف ممکن نہیں۔۔۔وہ جس کی توصیف کی ہمت نہیں۔۔۔پھر میں اُسکو کیوں نہ کہوں۔۔۔تجھ سا کوئی نہیں۔۔۔تجھ سا کوئی نہیں۔۔۔میرا نبی۔۔۔میرا فخر سرور کونین وجہ کائنات مُحمد مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وسلم۔۔۔

لایمکن الثناء کما کان حقہ ------ بعد از خدا بزرگ توئی قصہ مختصر

جتنے کمالات، محاسن ومعجزات از سیدنا آدمؑ، اللہ تعالیٰ نے تمام انبیاء اکرام کو عطا کئے وہ تمام کے تمام (اور انکے علاوہ بھی) حضور ﷺ کی ذات بابرکات میں بطریق اتم موجود ہیں یعنی وہ کمالات جو سارے نبیوں میں متفرق تھے حضور ﷺ میں یکجا کر دیئے انکو بکھیر و تو ایک لاکھ چوبیس ہزار جمع کرو تو سراپائے مصطفیٰ ﷺ بنے۔

1-47 شمارہ ربیع الاوّل میں، 48-103 شمارہ ربیع الثانی میں، 104-127 جمادی اول میں، 128-149 مارچ میں شائع ہو چکے ہیں۔

150-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی نسل میں حضرت آدمؑ تک کبھی زنا نہیں ہوا۔

151-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی پیدائش کے وقت تمام روئے زمین کے بت جھک گئے۔

152-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمتِ مرحومہ کے لیے چار عورتوں کو نکاح میں جمع کرنا حلال ہوا۔

153-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمتِ مرحومہ کے مردوں کو غیر مذہب اہل کتاب عورتوں سے نکاح حلال ہوا۔

154-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمتِ مرحومہ کے لیے اپنی حائضہ عورت سے بجز وطی کے اور طرح کی مخالطت حلال ہوئی۔

155-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمتِ مرحومہ کے لیے قصاص اور دیت میں اختیار دیا گیا۔ بخلاف امم سابقہ کے کہ ان کے لیے فقط قصاص ہی تھا۔

156-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمتِ مرحومہ پر ستر کھولنا حرام ہوا۔

157-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمتِ مرحومہ پر جاندار چیز کی تصویر رکھنا حرام ہوا۔

158-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمت پر مسکرات کو پینا حرام ہوا۔

159-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمت کا اجماع خالی از ضلالت ہے۔

160-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمت کے علمائے حقانی کا اختلاف رحمت کا موجب ہے پہلی امتوں کا اختلاف موجب عذاب ہوتا تھا۔

161-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کی اُمت کو حلال کھانا، پینا عبادت میں داخل ہوا۔

162-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی پر بدن کی طرح کے غلل سے خشوع کے ساتھ نماز پڑھنی واجب تھی۔

163-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی پر مشاہدہ حق باوجود معاشرت خلق کے ہمیشہ جلوہ گر ہوتا تھا۔

164-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کو وحی کی حالت میں دنیا کی ہوش نہیں رہتی تھی۔

165-سیدنا ومولانا شاف ﷺ پر زکوٰۃ کھانا حرام تھا۔ باقی بنی ہاشم پر بھی آپ کی قرابت کی جہت سے حرام ہے۔

166-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی پر بدبودار چیز کھانا حرام تھا۔ امت کے واسطے مکروہ ہے۔

167-سیدنا ومولانا شاف ﷺ پر عموماً قصداً شعر گوئی حرام تھی۔

168-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی پر کتابیہ عورت کے ساتھ نکاح حرام تھا۔

169-سیدنا ومولانا شاف ﷺ کا باوجود سو رہنے کے بدون جدید وضو کے نماز پڑھ لینی مباح تھی۔

170-سیدنا ومولانا شاف ﷺ کو عصر کی نماز کے بعد نوافل پڑھنے مباح تھے۔

171-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی نے حضرت جبرائیل علیہ السلام کو ان کی اصلی صورت میں دیکھا۔

172-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کے وجود باجود کی برکت سے کہانت اور شیاطین کا چوری سے آسمانوں میں جانا بند کیا گیا۔

173-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی سے وعدہ عصمت وحفاظت شرور وایذا کفار سے اللہ تعالیٰ نے کیا۔

174-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی معراج جسمانی سے تا مقام قاب قوسین مشرف ہوئے۔

175-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی نے پیغمبروں کی امامت کرائی بلکہ شب معراج میں فرشتوں کی بھی۔

176-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کو اللہ تعالیٰ نے جسمانی آنکھوں سے جنت اور دوزخ دکھلائے۔

177-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی نے اللہ تعالیٰ کا دیدار جسمانی آنکھوں سے کیا۔

178-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کے لشکر ظفر پیکر میں فرشتوں کا بڑا گروہ داخل ہو کر مدد ومعاون ہوا۔

179-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی وہ امی ہیں جن کو پیغمبری اور کتاب ملی۔

180-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کو چھوٹا بچہ گودی میں اٹھا کر نماز پڑھنا درست تھا۔ چنانچہ امام حسنؓ کو آپ ﷺ نے گود میں اٹھا کر نماز پڑھی۔

181-سیدنا ومولانا شاف ﷺ کو غائب کی نماز پڑھنی مباح تھی۔ چنانچہ نجاشی شاہ حبش کی نماز جنازہ آپ-سیدنا ومولانا شاف ﷺ نے مدینہ منورہ میں پڑھی۔

182-سیدنا ومولانا شاف ﷺ کو صوم وصال یعنی طے کا روزہ مباح تھا۔

183-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کو اجنبی بیگانی عورتوں کے ساتھ تنہائی میں بیٹھنا مباح تھا۔

184-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کو چار عورتوں سے زائد نکاح میں رکھنا مباح تھا۔ امت کے واسطے چار تک عورتیں جمع رکھنی حلال ہیں۔

185-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کو اپنے بدگو کے قتل کرنے کا حکم ہوا۔

186-سیدنا ومولانا شاف ﷺ کو پنج وقتہ نماز کا حکم عطائے الٰہی ہوا۔

187-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی کا مال آپ کی وفات کے بعد آپ کے ملک رہا کہ اس میں سے اہلبیت کو نفقہ دیا گیا۔

188-سیدنا ومولانا شاف ﷺ ہی پر حاضر وقت کو کسی ظالم کے ظلم کے وقت جان نثاری کرنا فرض تھا۔

نعت کا ادب

اجمیر شریف میں نعتیہ مشاعرہ تھا، فہرست بنانے والوں کے سامنے یہ مشکل تھی کہ جگر مرادآبادی صاحب کو اس مشاعرے میں کیسے بلایا جائے، وہ کھلے رند تھے اور نعتیہ مشاعرے میں ان کی شرکت ممکن نہیں تھی۔ اگر فہرست میں ان کا نام نہ رکھا جائے تو پھر مشاعرہ ہی کیا ہوا۔ منتظمین کے درمیان سخت اختلاف پیدا ہو گیا۔ کچھ ان کے حق میں تھے اور کچھ خلاف۔ دراصل جگر کا معاملہ تھا ہی بڑا اختلافی۔۔۔ بڑے بڑے شیوخ اور عارف باللہ اس کی شراب نوشی کے باوجود ان سے محبت کرتے تھے۔ انہیں گناہ گار رکھتے تھے لیکن لائق اصلاح۔ شریعت کے سختی سے پابند علماء حضرات بھی ان سے نفرت کرنے کے بجائے افسوس کرتے تھے کہ ہائے کیسا اچھا آدمی کس برائی کا شکار ہے۔ عوام کے لیے وہ ایک اچھے شاعر تھے لیکن تھے شرابی۔ تمام حلقوں کے باوجود علماء حضرات بھی اور شاید عوام بھی یہ اجازت نہیں دے سکتے تھے کہ وہ نعتیہ مشاعرے میں شریک ہوں۔ آخرکار بہت کچھ سوچنے کے بعد منتظمین مشاعرہ نے فیصلہ کیا کہ جگر کو مدعو کیا جانا چاہیے۔ یہ اتنا جرات مندانہ فیصلہ تھا کہ جگر کی عظمت کا اس سے بڑا اعتراف نہیں ہو سکتا تھا۔ جگر کو مدعو کیا گیا تو وہ سر سے پاؤں تک کانپ گئے۔ "میں گنہگار، رند، سیاہ کار، بدبخت اور نعتیہ مشاعرہ! نہیں صاحب نہیں"۔ اب منتظمین کے سامنے یہ مسئلہ تھا کہ جگر صاحب کو تیار کیسے کیا جائے۔ ان کی تو آنکھوں سے آنسو اور ہونٹوں سے انکار رواں تھا۔ نعتیہ شاعر حمید صدیقی نے انہیں آمادہ کرنا چاہا، ان کے مربی نواب علی حسن طاہر نے کوشش کی لیکن وہ کسی صورت تیار نہیں ہوتے تھے۔ بالآخر اصغر گونڈوی نے حکم دیا اور وہ چپ ہو گئے۔ سرہانے بوتل رکھی تھی، اسے کہیں چھپا دیا، دوستوں سے کہہ دیا کہ کوئی ان کے سامنے شراب کا نام تک نہ لے۔ دل پر کوئی خنجر سے لکیری کھینچتا تھا، وہ بے ساختہ شراب کی طرف دوڑتے تھے مگر پھر رک جاتے تھے، لیکن مجھے نعت لکھنی ہے، اگر شراب کا ایک قطرہ بھی حلق سے اترا تو کس زبان سے اپنے آقا ﷺ کی مدح لکھوں گا۔ یہ موقع ملا ہے تو مجھے اسے کھونا نہیں چاہیے، شاید یہ میری بخشش کا آغاز ہو۔ شاید اسی بہانے میری اصلاح ہو جائے، شاید مجھ پر مرے آقا ﷺ کا کرم ہو جائے، شاید خدا کو مجھ پر ترس آ جائے ایک دن گزرا، دو دن گزر گئے، وہ سخت اذیت میں تھے۔ نعت کے مضمون سوچتے تھے اور غزل کہنے لگتے تھے۔ سوچتے رہے، لکھتے رہے، کاٹتے رہے، لکھے ہوئے کو کاٹ کاٹ کر تھکتے رہے، آخر ایک دن نعت کا مطلع ہو گیا۔ پھر ایک شعر ہوا، پھر تو جیسے بارش انوار ہو گئی۔ نعت مکمل ہوئی تو انہوں نے سجدۂ شکر ادا کیا۔ مشاعرے کے لیے اس طرح روانہ ہوئے جیسے حج کو جا رہے ہوں۔ کونین کی دولت ان کے پاس ہو۔ جیسے آج انہیں شہرت کی سدرۃ المنتہیٰ تک پہنچنا ہو۔ انہوں نے کئی دن سے شراب نہیں پی تھی، لیکن حلق خشک نہیں تھا۔ ادھر تو یہ حال تھا دوسری طرف مشاعرہ گاہ کے باہر اور شہر کے چوراہوں پر احتجاجی پوسٹر لگ گئے تھے کہ ایک شرابی سے نعت کیوں پڑھوائی جا رہی ہے۔ لوگ بپھرے ہوئے تھے۔ اندیشہ تھا کہ جگر صاحب کو کوئی نقصان نہ پہنچ جائے یہ خطرہ بھی تھا کہ لوگ اسٹیشن پر جمع ہو کر نعرے بازی نہ کریں۔ ان حالات کو دیکھتے ہوئے منتظمین نے جگر کی آمد کو خفیہ رکھا تھا۔ وہ کئی دن پہلے اجمیر شریف پہنچ چکے تھے جب کہ لوگ سمجھ رہے تھے کہ مشاعرے والے دن آئیں گے۔ جگر اپنے خلاف ہونے والی ان کارروائیوں کو خود دیکھ رہے تھے اور مسکرا رہے تھے۔

کہاں پھر یہ مستی، کہاں ایسی ہستی۔۔۔۔ جگر کی جگر تک ہی مے خواریاں ہیں

آخر مشاعرے کی رات آ گئی۔ جگر کو بڑی حفاظت کے ساتھ مشاعرے میں پہنچا دیا گیا۔ سٹیج سے آواز ابھری "رئیس المتغزلین حضرت جگر مرادآبادی!"۔۔۔۔۔۔ اس اعلان کے ساتھ ہی ایک شور بلند ہوا، جگر نے بڑے تحمل کے ساتھ مجمع کی طرف دیکھا اور محبت بھرے لہجے میں گویا ہوئے۔۔ "آپ لوگ مجھے ہوٹ کر رہے ہیں یا نعت رسول پاک کو، جس کے پڑھنے کی سعادت مجھے ملنے والی ہے اور آپ سننے کی سعادت سے محروم ہونا چاہتے ہیں"۔ شور کو جیسے سانپ سونگھ گیا۔ بس یہی وہ وقفہ تھا جب جگر کے ٹوٹے ہوئے دل سے یہ صدا نکلی ہے

اک رند ہے اور مدحت سلطان مدینہ۔۔۔۔ ہاں کوئی نظر رحمت سلطان مدینہ

جو جہاں تھا ساکت ہو گیا۔ یہ معلوم ہوتا تھا جیسے اس کی زبان سے شعر ادا ہو رہا ہے اور قبولیت کا پروانہ عطا ہو رہا ہے۔ نعت کیا تھی گناہگار کے دل سے نکلی ہوئی آہ تھی، خواہش پناہ تھی، آنسوؤں کی سبیل تھی، بخشش کا خزینہ تھی۔ وہ خود رو رہے تھے اور سب کو رلا رہے تھے، دل نرم ہو گئے، اختلاف ختم ہو گئے، رحمت عالم کا قصیدہ تھا، بھلا غصے کی کھیتی کیونکر ہری رہتی۔۔۔ "یہ نعت اس شخص نے کہی نہیں ہے، اس سے کہلوائی گئی ہے"۔ مشاعرے کے بعد سب کی زبان پر یہی بات تھی۔ نعت یہ تھی۔۔

اک رند ہے اور مدحتِ سلطان مدینہ — ہاں کوئی نظر رحمت سلطان مدینہ
دامان نظر تنگ و فراوانی جلوہ — اے طلعت حق طلعتِ سلطان مدینہ
اے خاک مدینہ تری گلیوں کے تصدق — تو خلد ہے تو جنت ِسلطان مدینہ
اس طرح کہ ہر سانس ہو مصروف عبادت — دیکھوں میں درِ دولت سلطانِ مدینہ
اک ننگِ غم عشق بھی ہے منتظر دید — صدقے ترے اے صورت سلطان مدینہ
کونین کا غم یادِ خدا ور شفاعت — دولت ہے یہی دولتِ سلطان مدینہ
ظاہر میں غریب الغربا پھر بھی یہ عالم — شاہوں سے سوا سطوتِ سلطان مدینہ
اس اُمت عاصی سے نہ منہ پھیر خدایا — نازک ہے بہت غیرتِ سلطان مدینہ
کچھ ہم کو نہیں کام جگر اور کسی سے — کافی ہے بس اک نسبت ِسلطان مدینہ

(جگر مرادآبادی)________________

عشق رسول ﷺ

حضرات اولیاء کرام بالعموم اور بالخصوص صاحب کلام حضرت خواجہ غلام فرید رحمہ اللہ کا سرکار دو عالم حضور سرور کائنات ﷺ کے ساتھ محبت اور اطاعت شعاری، فنا فی الرسول ہونا اظہر من الشمس ہے۔ کسی بھی کلام میں آپ کے اسم پاک یا استعاراتی طور پر لیا جانے والا اسم شریف کے ساتھ درود شریف پڑھنا اور لکھنا لازم و ملزوم ہے مگر زیر نظر عارفانہ کلام میں اوزانِ شعری کا لحاظ رکھتے ہوئے لفظ "توں" کے ساتھ درود نہیں لکھا جا رہا۔ مگر قارئین برکت و محبت کے تحت درود شریف کی تلاوت کر لیں۔

میڈا عشق وی توں، میڈا یار وی توں — میڈا دین وی توں، ایمان وی توں
میڈا جسم وی توں، میڈا روح وی توں — میڈی قلب وی توں، جند جان وی توں
میڈا قبلہ، کعبہ، مسجد، منبر — مُصحف تے قرآن وی توں
میڈے فرض، فریضے، حج، زکاتاں — صوم، صلوت، اذان وی توں
میڈا زہد، عبادت، طاعت، تقویٰ — علم وی توں، عرفان وی توں
میڈا ذکر وی توں، میڈا فکر وی توں — میڈا ذوق وی توں، وجدان وی توں
میڈا سانول، مٹھڑا، شام سلونا — من موہن جانان وی توں
میڈا مُرشد ہادی پیر طریقت — شیخ حقائق دان وی توں
میڈا آس اُمید تے کھٹیا وٹیا — تکیہ مانڑ تے تراڻ وی توں
میڈا دھرم وی توں، میڈا بھرم وی توں — میڈا شرم وی توں، میڈا شان وی توں
میڈا ڈکھ، سُکھ، رُوونڑ، کھلنڑ وی توں — میڈا درد وی توں، درمان وی توں
میڈا خوشیاں دا اسباب وی توں — میڈا سُولاں دا سامان وی توں
میڈا حُسن تے بھاگ سُہاگ وی توں — میڈا بخت تے نام نشان وی توں
میڈا ڈیکھنڑ بھالنڑ جوچنڑ جاچنڑ — سمجھنڑ جانڑ سُنجانڑ وی توں
میڈے ٹھنڈڑے ساہ تے مونجھ مونجھاری — ہنجھوں دے طوفان وی توں
میڈے تلک، تلولے، سیندھاں، مانگاں — ناز، نہوڑے، تان وی توں
میڈی مہندی، کجل، مُساگ وی توں — میڈی سُرخی، بیڑا، پان وی توں
میڈی وحشت، جوش جنون وی توں — میڈا گریہ، آہ، فغان وی توں
میڈا شعر عروض کوافی توں — میڈا بحر وی توں اوزان وی توں
میڈا اول، آخر، اندر، باہر — ظاہر تے پنہان وی توں
میڈا بادل، برکھا، کھمنڑاں، گاجاں — بارش تے باران وی توں
میڈا مُلک ملیر، تے مارو تھلڑا — روہی، چولستان وی توں
جے یار، فریدؔ قبول کرے — سرکار وی توں، سُلطان وی توں
نہ تاں کہتر کمتر احقر ادنیٰ — لا شے لا امکان وی توں

(حضرت خواجہ غلام فرید چاچڑاں شریف مٹھن کوٹ ضلع راجن پور)

(غلام مصری)

دُرود تاج کی فضیلت کا سچا واقعہ

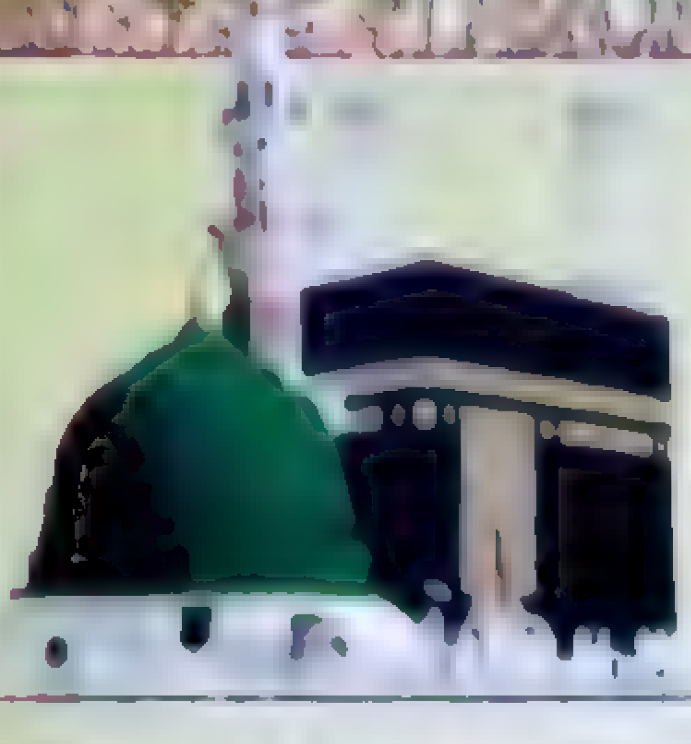
2001ء کی گرمیوں کے دن تھے میری عمر 25 سال کے لگ بھگ تھی۔ کچھ ہی دن ہوئے تھے میں دُرود تاج یاد کر رہی تھی۔ چند سال قبل میرے والد محترم نے ہمارے چند فاصلے پر مسجد تعمیر کروائی تھی جس میں مولانا صاحب، فجر کی اذان کے وقت سے پہلے دُرود تاج کی تلاوت فرماتے تھے بعد میں اذان دیتے تو وہ اتنی خوبصورت تلاوت کرتے کہ میری آنکھ کھل جاتی، اور میں اُٹھ کر بیٹھ جاتی میرے جسم پر کپکپی طاری ہو جاتی میں حیران اس بات پر تھی کہ یہ ان کے دُرود تاج پڑھنے سے چند سیکنڈ پہلے مجھے محسوس ہوتا کہ کسی نے جگایا ہے۔ اب یہ ہونے لگا کے چند سیکنڈ پہلے اُٹھ کر بیٹھ جاتی مولوی صاحب کی آواز بعد میں آتی۔ اب میری یہ عادت بن گئی تھی پھر میرے والد صاحب بیمار ہوئے اور 1999ء میں اللہ کو پیارے ہوگئے۔ شب معراج کی شب۔ یونہی درود تاج سنتے مجھے اس دُرود پاک کو یاد کرنے کا شوق ہوا یہی بات جو اوپر میں نے لکھی ہے کہ 2001ء کی گرمیوں کے دن تھے میری کزن جو ایک بیٹے کی ماں تھی بیٹا کوئی 4 سال کا ہوگا۔ ہمارے گھر آئی ہوئی تھی تو میں نے اسے کہا آج تم مجھ سے درود تاج سنو کہ میں نے یاد کرلیا ہے یا نہیں۔ میرے والد صاحب کا گھر ایک ایکڑ پر مشتمل تھا۔ درمیان میں مکان تھا چاروں طرف حویلی تھی اس وقت میں درمیان والے ہال کمرے میں موجود تھی میری کزن اور اس کا بچہ بھی ساتھ تھے۔ یہ عصر کے بعد کا وقت تھا میں نے دوبارا اسے سنایا تھا تا کہ مجھے تسلی ہو جائے کہ میں نے صحیح یاد کرلیا ہے۔ کوئی غلطی نہیں تھی، بہت خوشی ہو رہی تھی۔ میری کزن نے اسی وقت درود تاج کو الماری میں رکھ دیا۔ باہر سے میں نے آواز سنی، میری والدہ صاحبہ کہہ رہی تھیں کہ چیزیں سمیٹ لو آندھی چل رہی ہے۔ یہ سننے کے بعد ہم دونوں کمرے سے باہر نکلیں اور پلاٹ والی سائیڈ پہ چلی گئیں کہ اکثر شام کے وقت معمولی سی آندھی آجاتی ہے اور وہ گرمیوں کے دنوں میں اچھی لگتی ہے میں سمجھی کہ یہ ویسی ہوگی۔ گیٹ اور پلاٹ حویلی کی شمال کی طرف تھے۔ والدہ صاحبہ، بھائی، بہن اور ملازمہ جنوب والی سائیڈ پر تھیں۔ وہاں الگ سے کمرے اور بڑا سا برآمدہ بنا ہوا تھا۔ جب ہم باہر آئیں تو دیکھا کہ مغرب کی طرف سے یہ خوفناک قسم کی آندھی اُٹھ رہی ہے اس وقت میں نے اپنی کزن سے کہا کہ آؤ واپس چلیں یہ تو بہت تیز آندھی ہوگی۔

ہم پھر اسی ہال کمرے میں آگئیں دو منٹ گزرے ہونگے کہ اتنا زوردار دھماکہ ہوا کہ ہوا سے درو دیوار لرز گئے، جس کمرے میں ہم بیٹھیں تھیں اسی کے اوپر والی جنوبی پردہ والی چھت والی دیوار گری جو کہ کافی لمبی اور آدمی کی قد سے بڑی تھی۔ اس کا جھٹکا اور آواز اتنی خوفناک تھی کہ مجھے لگا کہ یہ پورا مکان گر جائے گا ہم نیچے آجائیں گی میں پچھلے باہر کی طرف بھاگی اسی سائیڈ پہ وہ دونوں میرے پیچھے۔ جب میں باہر آئی تو دیکھا کہ ہر طرف سیاہی پھیلی ہوئی اور ہوا میں خوفناک آوازیں آرہی ہیں اور ہوا میں بے حد طاقت ہے جو سب کچھ اُڑا کر لے جائیگی۔ مجھے ایسے لگا جیسے قیامت آگئی ہے۔ میں نے سنا ہوا تھا کہ جب قیامت آئے گی تو قرآن پاک اُٹھا لئے جائیں گے میں نے سوچا چاہتا تو ہے نہیں کیوں نہ ایسا ہو کہ مروں تو قرآن پاک میرے ساتھ ہو؟ اور مجھے اپنے قرآن پاک سے بہت محبت تھی اور صرف اسی پر تلاوت کرتی تھی۔ اس وقت مجھے اندازہ ہوا کہ میرے رب نے مجھے کتنی پختہ ایمان سے نوازا ہے۔ میں نے کلمہ پڑھنا شروع کیا اور ساتھ ہی دُرودِ تاج کیونکہ تھوڑی دیر پہلے میں تلاوت کر چکی تھی پھر میں اُسی کمرے میں بھاگی کیونکہ مکان گرنے والا ہے میں قرآن پاک کو باہر لے جاؤں اور قیامت کا وقت ہے میں قرآن کو سینے سے لگالوں۔ اسی اثنا میں گیٹ کی ایک سائیڈ والی دیوار ایک کڑک دار آواز کے ساتھ اُڑ کر کافی دور چلی گئی پھر میں اسی کمرے میں پہنچی میری کزن اپنا بچہ اُٹھائے میرے پیچھے۔ میں نے انتہائی تیزی کے ساتھ قرآن پاک اٹھایا، سینے سے لگایا اور پھر واپس اسی پلاٹ میں جانے لگی۔ ہم جونہی برآمدے سے باہر نکلیں ہیں تو چھت کی شمالی دیوار وہ بھی جنوبی دیوار کی طرح لمبی اور اونچی تھی ہمارے پیچھے یوں گری کہ اس کی کنکریاں ہماری ٹانگوں اور پاؤں کو لگیں۔ اگر ہم تھوڑا پیچھے ہوتیں تو ہم اس کے نیچے آجاتیں۔

اس وقت اللہ پاک نے ہمارے حوش وحواس کو برقرار رکھا جونہی ہم پلاٹ میں پہنچیں یہ سوچ کر کہ یہاں کوئی دیوار ہمارے اوپر نہیں گرے گی اس وقت مجھے اپنے بھائیوں کی بے حد فکر ہونے لگی ایک بھائی گھر سے دور گیا ہوا تھا اور دو بھائی ڈیرے پر تھے جن میں سے ایک بھائی کے کرکٹ کھیلنے کا وقت تھا۔ یہ فکر تھی کہ وہ گراؤنڈ میں ہوگا۔ پھر میں اللہ کے آگے گڑگڑا کر توبہ استغفار کرنے لگی اسی دوران چھت کی مشرقی دیوار بھی گر گئی ایسے لگ رہا تھا کہ آج اس شہر میں نہ کوئی مکان بچے گا نہ کوئی انسان۔ والدہ وغیرہ جو گھر کی دوسری سائیڈ پہ تھیں ان کی بھی فکر تھی اسی وقت اولوں کی بارش شروع ہوگئی جو کہ ایک پاؤ یا اس سے بھی زیادہ وزن کے ہوں گے اس وقت یقین ہوگیا کہ آج موت سے نہیں بچ سکتے پھر میں نے اپنی کزن سے کہا تم بچے کو گود میں لے کر نیچے بیٹھ جاؤ۔ میں نے ان کے اوپر ذرا جھک گئی ایک ہاتھ سے قرآن کو سینے سے لگائے ایک بازو کو اپنے سر پہ رکھا کیونکہ اگر ایک گولہ برف کا میرے دماغ میں لگ جاتا تو میرا سر پھٹ جاتا اور وہ گولے چاروں طرف سے لگ رہے تھے ایسے لگتا تھا جیسے کوئی زور زور سے مار رہا ہے میرا بازو، کمر، کندھے زخمی ہو چکے تھے میرے پاؤں کے انگوٹھے پر برف کا گولا لگا تو ناخن نکل گیا اللہ نے میری آنکھوں اور چہرے کو محفوظ رکھا اس وقت اللہ سے سب خیریت کی دعا کرتی رہی طوفان کے تھم جانے کی دعا کرتی۔ بھائیوں کی گھر والوں کی خیر اور جتنی دعائیں مانگ سکتی تھی مانگی توبہ استغفار کیا۔

عجیب قیامت کا منظر تھا ایسے لگ رہا تھا کہ یہ وہ دنیا ہی نہیں جس میں ہم رہتے ہیں۔ 7 سے 10 منٹ ایسا ہوا پھر اچانک اللہ کی رحمت کو جوش آیا ہوا رک گئی برف گرنا بند ہوگئی۔ یقین نہیں آرہا تھا کہ بادل اتنی وزنی برف اُٹھا لیتے ہیں برف کے گولے اتنے زور سے پھینکتا ہے ہوا میں خوفناک آوازیں کیسے آجاتیں، اینٹوں اور سیمنٹ کی دیواروں کو کاغذ کی طرح کون اُڑاتا ہے۔ جب آندھی رک گئی ہمیں یقین کرنا مشکل تھا کہ ہم زندہ ہیں میری کزن بھی کچھ زخمی تھی اس کا بچہ بالکل محفوظ میں زیادہ زخمی ہوئی تھی لیکن میرا بچ جانا حیرت کی بات تھی ہم دونوں ایک دوسرے کو دیکھ رہی تھیں اور سوچ رہی تھیں کہ باقی گھر والے کس حال سے ہونگے تھوڑی دیر گزری دونوں بھائی جو ڈیرے پہ تھے خیریت سے گھر آگئے بالکل محفوظ تھے والدہ وغیرہ سب ٹھیک تھے یہ سب لوگ کمروں میں تھے پھر رات کو تیسرا بھائی بھی خیریت سے گھر آگیا، ارد گرد علاقوں میں بہت نقصان ہوا جب بھینسوں کا دودھ آیا تو پینے کے قابل نہیں تھا وہ زخمی ہو چکی تھیں۔ ان کا خون شامل تھا سڑکوں پر درخت گرے ہوئے تھے سب راستے بند ہو گئے تھے۔ مجھے ہسپتال لے جانے میں دشواری تھی برف کے گولے اتنے زور سے گرے تھے بھینسوں اور بھیڑوں کی آنکھیں نکل کر باہر آگئیں ٹریلے اور ٹرالیں اُڑ کر چلی گئیں۔ میرے رب نے مجھے اس ہولناک طوفان میں زندہ رکھا بیشک یہ میرے رب کے قرآن کی برکت ہے۔ قربان جاؤں اور دُرود تاج کے خوبصورت حرفوں کی فضیلت ہے۔ کہ میری اور فیملی کی جان بچ گئی اور اتنی بڑی آفت میں ہم محفوظ رہے۔

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم



یارسول اللہ درودِ تاج شریف

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ صَاحِبِ التَّاجِ وَالْمِعْرَاجِ وَالْبُرَاقِ وَالْعَلَمِ ط دَافِعِ

الْبَلَاۤءِ وَالْوَبَاۤءِ وَالْقَحْطِ وَالْمَرَضِ وَالْاَلَمِ ط اِسْمُهٗ مَكْتُوْبٌ مَّرْفُوْعٌ مَّشْفُوْعٌ مَّنْقُوْشٌ فِى

اللَّوْحِ وَالْقَلَمِ ط سَيِّدِ الْعَرَبِ وَالْعَجَمِ ط جِسْمُهٗ مُقَدَّسٌ مُّعَطَّرٌ مُّطَهَّرٌ مُّنَوَّرٌ فِى الْبَيْتِ وَالْحَرَمِ ط

شَمْسِ الضُّحٰى بَدْرِ الدُّجٰى صَدْرِ الْعُلٰى نُوْرِ الْهُدٰى كَهْفِ الْوَرٰى مِصْبَاحِ الظُّلَمِ ط جَمِيْلِ

الشِّيَمِ شَفِيْعِ الْاُمَمِ ط صَاحِبِ الْجُوْدِ وَالْكَرَمِ ط وَاللّٰهُ عَاصِمُهٗ وَجِبْرِيْلُ خَادِمُهٗ وَالْبُرَاقُ

مَرْكَبُهٗ وَالْمِعْرَاجُ سَفَرُهٗ وَسِدْرَةُ الْمُنْتَهٰى مَقَامُهٗ وَقَابَ قَوْسَيْنِ مَطْلُوْبُهٗ وَالْمَطْلُوْبُ مَقْصُوْدُهٗ

وَالْمَقْصُوْدُ مَوْجُوْدُهٗ سَيِّدِ الْمُرْسَلِيْنَ خَاتَمِ النَّبِيِّيْنَ شَفِيْعِ الْمُذْنِبِيْنَ اَنِيْسِ الْغَرِيْبِيْنَ رَحْمَةً لِّلْعٰلَمِيْنَ

رَاحَةِ الْعَاشِقِيْنَ مُرَادِ الْمُشْتَاقِيْنَ شَمْسِ الْعَارِفِيْنَ سِرَاجِ السَّالِكِيْنَ مِصْبَاحِ الْمُقَرَّبِيْنَ

مُحِبِّ الْفُقَرَاۤءِ وَالْغُرَبَاۤءِ وَالْمَسٰكِيْنَ سَيِّدِ الثَّقَلَيْنِ نَبِيِّ الْحَرَمَيْنِ اِمَامِ الْقِبْلَتَيْنِ

وَسِيْلَتِنَا فِى الدَّارَيْنِ صَاحِبِ قَابَ قَوْسَيْنِ مَحْبُوْبِ رَبِّ الْمَشْرِقَيْنِ

وَرَبِّ الْمَغْرِبَيْنِ جَدِّ الْحَسَنِ وَالْحُسَيْنِ مَوْلَانَا وَمَوْلَى الثَّقَلَيْنِ اَبِى

الْقَاسِمِ مُحَمَّدِ بْنِ عَبْدِ اللّٰهِ نُوْرٍ مِّنْ نُّوْرِ اللّٰهِ ط يٰۤاَيُّهَا الْمُشْتَاقُوْنَ بِنُوْرِ جَمَالِهٖ

صَلُّوْا عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا

قرآن سے جینا سیکھو
(کینسر اور قرآن)

جاوید چوہدری ایکسپریس نیوز

افسوس! ہم نے قرآن سے دوسروں کیلئے شرک، بدعت اور کفر کے فتوے تو نکال لئے مگر اپنی روحانی، جسمانی بیماریوں کا علاج نہ ڈھونڈ لے کیونکہ ہم قرآن سے جینا نہیں مرنا سیکھتے ہیں۔ اللہ رب العزت فرماتا ہے۔ وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْاٰنِ مَا هُوَ شِفَآءٌ وَّرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِيْنَ وَلَا يَزِيْدُ الظّٰلِمِيْنَ اِلَّا خَسَارًا
ہم نے قرآن نازل کیا ہے اس میں مومنوں کے لئے شفاء اور رحمت ہے۔ اور یہ ظالموں کے خسارے ہی میں اضافہ کرتا ہے۔ (سورۃ بنی اسرائیل آیت ۸۲)

یہ بہت غریب شخص تھا، اس کے چہرے پر طنز، حسد اور حقارت تینوں جذبے تھے، میں نے حیرت سے اس کی طرف دیکھا، وہ بولا یہ کھانے کے وقت دوستوں کے گھر پہنچ جاتا تھا اور اس کا پورا بچپن دوسروں سے لفٹ لیتے گزرا۔ میں خاموشی سے سنتا رہا، وہ بولا: اسے سائیکل بھی میرے والد نے لے کر دی تھی اور یہ شادی کے دن ہمسایوں کے گھر سویا تھا۔ میں نے ہنس کر پوچھا، اور اب؟ وہ دُکھی آواز میں بولا، اور اب اس کا ذاتی جہاز ہے اور اس کی فیکٹریوں، کمپنیوں اور زمینوں پر بارہ ہزار لوگ ملازم ہیں۔ میں نے فوراً کہا، واہ اللہ کا اس پر کتنا کرم ہے، وہ تڑپ کر بولا، خاک کرم ہے، یہ سب دو نمبری کمائی ہے، یہ ملک کا سب سے بڑا چیٹر، سب سے بڑا فراڈ ہے، یہ ہمیشہ حکومت وقت کے در پر بیٹھ جاتا ہے، یہ جرنیلوں، بیوروکریٹس اور سیاستدانوں کو اپنے ساتھ ملا لیتا ہے اور یوں یہ سب دونوں ہاتھوں سے دولت لوٹتے ہیں۔ یہ اندر سے پورا شیطان ہے، میں نے حیرت سے پوچھا، لیکن یہ تو حکومت سے کوئی ٹھیکہ نہیں لیتا، یہ پرائیویٹ فیکٹریوں اور کمپنیوں کا مالک ہے اور جہاں تک میرا علم ہے یہ ٹیکسٹائل، پینٹ، ریسٹوران، جوتوں اور ریئل اسٹیٹ کے بزنس میں ہے، یہ پھر حکومت کے ساتھ مل کر دولت کیسے لوٹ رہا ہے، وہ تلملا گیا اور غصے سے بولا، پھر بڑے بڑے جرنیل، سیاستدان، بیوروکریٹس اور بزنس مین اس کے دفتر کیوں آتے ہیں، صدر اور وزیراعظم اس کے ساتھ تصویر کیوں کھنچواتے ہیں اور یہ بڑی بڑی پارٹیاں کیوں کرتا ہے، میں نے عرض کیا، یہ سوشل گیدرنگ ہوں گی کامیابی کے ایک خاص لیول کے بعد تمام لوگ سوشل بھی ہو جاتے ہیں اور پالیسی سازی میں بھی شامل ہو جاتے ہیں، امریکا کی زیادہ تر معاشی پالیسیاں اس کے ساڑھے سات سو ارب پتی بناتے ہیں، صدر اوباما امریکا کے بل گیٹس، سٹیو جابز اور وارن بفٹ سے ملاقات بھی کرتا اور ان کے ساتھ تصویریں بھی اترواتا ہے۔ دنیا کے تمام سلیف میڈ کامیابی کی بلند ترین سطح کو چھونے کے بعد پارٹیاں بھی کرتے ہیں اور ان پارٹیوں میں ملک کے سرکردہ لوگوں کو بھی بلواتے ہیں اور یہ بھی یہی کر رہا ہوگا۔ میرے ملاقاتی کی تلملاہٹ میں اضافہ ہوگی اور وہ چلا کر بولا لیکن یہ دو نمبر ہے، میں نے اپنی آنکھوں سے اسے سوزوکی ایف ایکس سے ذاتی جیٹ تک جاتے دیکھا ہے، دنیا میں کوئی شخص اتنی جلدی ترقی نہیں کر سکتا، یہ سب دو نمبر کمائی ہے، اس تلملاہٹ کے بعد مکالمے کی کوئی گنجائش نہیں بچی تھی چنانچہ میں بے بس ہو کر خاموش ہو گیا۔

ہم لوگ کامیابی، ترقی اور دولت کے بارے میں چند بڑے مغالطوں کا شکار ہیں، ہمارا پہلا مغالطہ محنت کے ذریعے ترقی ہے، ہم نے یقین کر لیا ہے ملک میں فراڈ اور چیٹنگ کے بغیر ترقی ممکن نہیں، اور جو شخص سائیکل سے جہاز تک پہنچ گیا، وہ اخلاقی لحاظ سے معاشرے کا بدترین انسان ہے۔ آپ دن رات لوگوں کی گفتگو سنیں، آپ کو اس نوعیت کے فقرے عام ملیں گے، وہ کل تک بہت غریب تھا، اس کے گھر میں آٹا نہیں ہوتا تھا، وہ ویگنوں پر دھکے کھاتا تھا، اور دن بھر سائیکل گھسیٹا تھا، وغیرہ وغیرہ۔ آپ اس کے بعد یہ فقرے بھی سُنیں گے۔ یہ اب کروڑ کروڑ روپے کی گاڑی میں گھوم رہا ہے، یہ اب ایک جہاز سے اترتا ہے اور دوسرے پر چڑھ جاتا ہے، یہ اب دس دس ایکڑ کے فارم ہاؤس میں رہتا ہے، وغیرہ وغیرہ، اور اس کے بعد آپ یہ نعرہ بھی سُنیں گے، یہ سب حرام کی کمائی ہے، یہ سب چیٹنگ اور فراڈ سے جمع کی ہوئی دولت ہے اور یہ دو نمبر شخص ہے، وغیرہ وغیرہ۔ آپ اس داستان کے بعد ذرا سی تفتیش کریں تو اس شخص کے پاس حرام کی کمائی کے بارے میں سُنی سنائی کہانیوں کے سوا کوئی ٹھوس ثبوت نہیں ہوگا۔ میں اکثر یہ کہانیاں سنتا ہوں اور اس کے بعد محسوس کرتا ہوں ہمارا معاشرہ اجتماعی حسد کا شکار ہے۔ پوری دنیا میں سلیف میڈ نوجوانوں کے ہیرو ہوتے ہیں، امریکی نوجوان بل گیٹس کو دیکھ کر فخر سے دعویٰ کرتے ہیں یہ دنیا کا امیر ترین شخص بن سکتا ہے تو ہم بھی ترقی کر سکتے ہیں، امریکی سیاہ فام باشندے صدر اوباما کو دیکھ کر اپنے بچوں سے کہتے ہیں اگر کالا اوباما 47 سال کی عمر میں امریکا کا صدر بن سکتا ہے تو تم بھی آسمان کو چھو سکتے ہو اور امریکی وارن بفٹ کو دیکھ کر ایک دوسرے سے کہتے ہیں اگر یہ پرچون کی دُکانوں پر کوکا کولا سپلائی کر کے دنیا کا دوسرا امیر ترین شخص بن سکتا ہے تو تم بھی اور ہم بھی امیر ہو سکتے ہیں۔ پاکستان میں ہم ہر ترقی کرنے والے شخص کے دشمن ہو جاتے ہیں، ہم دل میں اس شخص کے خلاف بغض پال لیتے ہیں اور اس سے حسد کرنا شروع کر دیتے ہیں اور اس کے نتیجے میں ہم زندگی کی دوڑ میں بہت پیچھے رہ جاتے ہیں۔ ہمیں یہ مغالطہ فوراً ختم کرنا ہوگا۔ دولت کے بارے میں ہمارا دوسرا مغالطہ پہلے سے زیادہ خوفناک ہے۔ ہم دولت کو بری چیز سمجھتے ہیں۔ ہم اسے ہاتھ کی میل قرار دے کر غریب رہنا چاہتے ہیں جبکہ دولت بری نہیں ہوتی اس کے حصول کے طریقے اور اس کا استعمال غلط یا برا ہو سکتا ہے اگر دولت بُری ہوتی تو اللہ کے تمام نبی خوشحالی اور فراوانی کی دُعا نہ کرتے، حضرت ابراہیمؑ نے خانہ کعبہ کی تعمیر کے بعد سب سے پہلے خوشحالی اور فراوانی کی دعا کی تھی، نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے 25 سال کی عمر میں مکہ کی 40 سالہ امیر خاتون سے شادی کی تھی، آپ نے تجارت بھی فرمائی تھی اور آپ کے زیادہ تر صحابہؓ بھی تاجر تھے۔ کیا یہ تمام حضرات غریب ہونے کے لیے تجارت کرتے تھے؟ اور کیا حضرت ابراہیمؑ نے نعوذ باللہ غریب ہونے کے لیے خوشحالی اور فراوانی کی دعا کی تھی، آپ کو شائد یہ جان کر حیرت ہوگی اسلام دنیا کا واحد مذہب ہے جس نے تجارت کے اصولوں کی بنیاد رکھی، آپ قرآن مجید اور احادیث کی کتابیں اٹھا کر دیکھ لیں آپ کو ان میں تجارت کے اصول ملیں گے۔ آپ کو ان میں ناپ تول کا معیار، اشیائ کی خرید و فروخت کا طریقہ اور تجارتی ایمانداری کی تلقین ملے گی، وہ اسلام پہلا مذہب تھا جس نے کہا تھا لین دین کے دوران لکھ لیا کرو یا چیز کا نقص بتا کر فروخت کیا کرو، کم نہ تولو اور صبح جلدی دکان کھولو، یہ صرف اور صرف اسلام، آپ کو دنیا کے کسی دوسرے مذہب میں یہ اصول نہیں ملے گا، اسلام تاجروں کا مذہب ہے اور تجارت کرنے والا مسلمان ملازمت کرنے والے مسلمان کے مقابلے میں بہت جلد خوشحال ہو جاتا ہے۔ آپ یہ کر کے دیکھ لیں آپ بھی انشاء اللہ ضرور کامیاب ہوں گے لہذا یہ عجیب بات ہے ہم مسلمان ہونے کے باوجود دولت کو برا کہتے ہیں۔ اگر دولت اور دولت مند اچھے نہیں ہوتے تو (نعوذ باللہ) حضرت عثمانؓ مکہ کے سب سے بڑے دولت مند تھے اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم ان سے بے پناہ محبت کرتے تھے۔ حضرت ابوبکر صدیقؓ اور حضرت عمر فاروقؓ بھی تجارت فرماتے تھے اور آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے بھی تجارت کی تھی، کیا یہ سب لوگ غریب ہونے کے لیے تجارت کر رہے تھے؟ دولت بری نہیں ہوتی دولت کا استعمال برا ہوتا ہے۔ خوشحالی (رزق) اللہ کا کرم ہوتا ہے اور اللہ کا کرم کبھی برا نہیں ہوتا چنانچہ دولت کو برا سمجھنا بند کر دیں۔ ہم دولت کے معاملے میں اس مغالطے کا بھی شکار ہیں کہ یہ انسان کو اللہ تعالیٰ سے دور کر دیتی ہے۔ آپ کو شائد یہ جان کر حیرت ہوگی دنیا کے بڑے صوفیائے کرام اپنے دور کے رئیس لوگ تھے ان میں سے بے شمار صوفیائے کرام کی شادیاں شاہی خاندانوں میں ہوئی تھیں، ان میں ایسے صوفیا بھی شامل ہیں جنہوں نے تصوف کے مختلف

خواجہ غریب نوازؒ نے ہندوستان کو کیا دیا؟

غوث سیوانی، نئی دہلی

خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ کی دینی، اصلاحی اور سماجی خدمات بہت زیادہ ہیں جنھیں احاطۂ تحریر میں لانے کے لئے ایک عمر چاہئے۔ آپ نے اسلام کی ترویج واشاعت کے لئے ایک ایسے خطے کا انتخاب کیا جہاں توحید کے نام لیوا بالکل نہ تھے۔ یہاں کی زبان اور تہذیب آپ کے لئے نئی تھی اور اس سے آپ کو آشنائی نہیں تھی۔ حکومت بھی ایسی تھی جس سے تعاون کی کوئی امید نہیں کی جا سکتی تھی۔ ایک نئے ملک میں جہاں کا ماحول اجنبی تھا جہاں کی زبان اجنبی تھی اور جہاں کی تہذیب وتمدن خواجہ صاحبؒ کے لئے اجنبی تھے، اور ہر لمحے جان جانے کا خوف بھی تھا۔ ایسے ماحول میں خود کو کھڑا کرنا بڑے دل گردے کا کام تھا۔ آپ نے ایک ایسے چیلنج کو قبول کرلیا جس کے تصور سے ہی اچھے اچھوں کا خون پانی ہونے لگے۔ اجمیر کا وہ دور آپ نے دیکھا جب آپ کے سامنے متعدد رکاوٹیں تھیں مگر صبر کے ساتھ اپنے کام میں لگے رہے کیونکہ آپ کے پیش نظر رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کی مکی زندگی تھی۔ اس کے بعد وہ دور بھی آیا جب دلی اور اجمیر سمیت ملک کے بڑے حصے پر مسلمان بادشاہوں کی حکومت قائم ہوگئی اور آپ کے راستے کی رکاوٹیں دور ہوگئیں۔ یہ وہ زمانہ تھا کہ آپ کی بارگاہ میں مسلمان اور ہندو بھی آسکتے تھے اور آپ ان سے مل کر ان کے سامنے اپنی باتیں پیش کر سکتے تھے۔ یہاں تک کہ جو اسلام نہیں قبول کرتے تھے وہ بھی عقیدت رکھتے تھے اور آپ کی خدمت میں تحفے وتحائف پیش کیا کرتے تھے۔

اجمیر کو مرکز بنا کر خواجہ معین الدین چشتی نے اپنا مشن جاری رکھا اور یہاں سے تربیت دے کر مبلغین وداعیان اسلام کو ملک کے مختلف حصوں میں بھیجتے رہے۔ آپ نے اجمیر میں ہی شادی کی اور اپنے بچوں کو بھی اشاعت دین کے کام میں لگایا۔ یہاں تک کہ آپ کی بیٹی بی بی حافظ جمالؒ جن کی قبر آپؒ کے مقبرے کے احاطے میں ہے، انھیں بھی آپؒ نے اس کی تربیت دی تھی اور وہ خواتین کے اندر اشاعت اسلام کے لئے کوشاں رہتی تھیں۔ یونہی آپؒ کے خلفاء اور خلفاء کے خلفاء بھی تبلیغ دین اور خدمت خلق کے کام میں مصروف رہے۔ ان میں خواجہ قطب الدین بختیار کاکیؒ، شیخ حمید الدین ناگوریؒ، شیخ وجیہہ الدینؒ، سلطان مسعود غازیؒ اور شیخ وحید الدین خراسانیؒ کے نام قابل ذکر ہیں جنھیں آپؒ نے الگ الگ علاقوں میں تبلیغ اسلام کے کام میں لگایا تھا۔ خواجہ صاحبؒ کے تربیت یافتہ ان بزرگوں اور ان کے بعد ان کے خلفاء اور جانشینوں کی کوششوں کا نتیجہ تھا کہ ملک کے گوشے گوشے میں اسلام کی روشنی عام ہونے لگی اور ہر طرف اذان وقرآن کی آوازیں سنائی دینے لگیں۔ خواجہ صاحبؒ نے تبلیغ دین کے لئے مبلغین کی ایک جماعت تیار کرنے کی غرض سے اجمیر میں ایک مدرسے کی بنیاد رکھی جہاں علم حاصل کرنے کے لئے دور دراز سے طالبان علم آنے لگے۔ یہاں کے تربیت یافتگان بعد کے دور میں ہر سمت پھیلے اور دین کے کاموں میں مصروف ہوئے۔ یہاں آپ نے ایک مسجد کی تعمیر بھی کرائی تھی۔۔۔ خواجہ صاحبؒ نے اپنی باتیں عوام تک پہنچانے کے لئے عموماً تقریر اور خدمت خلق کا سہارا لیا ہے۔ تاہم آپؒ بے حد تعلیم یافتہ تھے اور اسلامی علوم کے ساتھ ساتھ زبان وبیان پر بھی قدرت رکھتے تھے۔ اس لحاظ سے اگر کچھ کتابیں بھی آپ نے تصنیف فرمائی ہوں تو ممکن ہے۔ ایک کتاب جو آپؒ کی طرف منسوب کی جاتی ہے وہ وہ ''انیس الارواح'' ہے جو خواجہ عثمان ہارونیؒ کے ملفوظات کا مجموعہ ہے۔ مورخین کا اس بات پر اتفاق ہے کہ یہ آپؒ ہی کی تصنیف ہے۔ اسی طرح ''گنج الاسرار'' نامی کتاب کو بھی بعض لوگوں نے آپؒ کی تحریر بتایا ہے۔ اس بارے میں کہا جاتا ہے کہ سلطان شمس الدین التمش کی تعلیم وتلقین کے لئے آپؒ نے یہ کتاب لکھی تھی۔ اس کتاب سے یہ بھی پتہ چلتا ہے کہ آپؒ کو اجمیر میں قیام کا حکم خواجہ عثمان ہارونیؒ نے دیا تھا۔ ''حدیث المعارف'' نامی کتاب بھی آپؒ کی تصنیف بتائی جاتی ہے علاوہ ازیں دیوان خواجہ کو آپؒ کا شعری کارنامہ قرار دیا جاتا ہے، جس میں تصوف وعرفان کے موضوع پر ۱۲۱ غزلیں ہیں۔ سوائے ''انیس الارواح'' کے سبھی کتابوں کے بارے میں مورخین کا اختلاف ہے کہ وہ آپؒ کی طرف درست منسوب ہیں یا غلط۔۔ خواجہ معین الدین چشتیؒ جب ہندوستان تشریف لائے تو یہاں اسلام کے نام لیوا مشکل سے نظر آتے تھے مگر جب ۶۳۳ھ میں آپ کا انتقال ہوا تو یہاں ہر طرف اسلام کا بول بالا تھا۔ اسی سال سلطان شمس الدین التمش کا انتقال ہوا اور اسی سال آپؒ کے خلیفہ خواجہ قطب الدین بختیار کاکیؒ نے بھی انتقال فرمایا۔ یہ وہ دور تھا جب دلی میں اسلامی سطوت کی علامت مسجد قوت الاسلام اور اس کے مئذنہ قطب مینار کی تعمیر عمل میں آچکی تھی۔ آج ہندوستان میں جو اسلام وتوحید کی روشنی نظر آتی ہے یہ کہیں نہ کہیں اسی چراغ کا نور ہے جسے خواجہ صاحبؒ نے روشن کیا تھا۔ ابوالفضل لکھتا ہے: ''آپؒ نے اجمیر میں گوشہ نشینی اختیار کی، اسلام کا چراغ خوب جلایا، اور آپؒ کے دم قدم سے گروہ در گروہ لوگوں نے اکتساب فیض کیا۔'' (آئین اکبری)۔ شہزادہ داراشکوہ نے لکھا ہے کہ ''منکروں کی بڑی جمعیت نے ان کے قدموں کی برکت سے اسلام قبول کرلیا اور جن لوگوں نے اسلام نہیں قبول کیا تھا وہ بھی آپؒ کی خدمت میں فتوح ودینار بھیجا کرتے تھے اور اس نواح کے غیر مسلم آج بھی درگاہ کی زیارت کے لئے آتے ہیں اور درگاہ کے مجاوروں کو نذرانہ پیش کرتے ہیں۔ (سفینۃ الاولیاء)۔۔۔ رائے بہادر پنڈت ہربلاس سارداحضرت خواجہ معین الدین چشتیؒ کی نسبت اپنی انگریزی تصنیف میں لکھتے ہیں کہ ''انھوں نے کبھی کسی کو تنگ کرنے کا مشورہ نہیں دیا اور خدا کی تمام مخلوقات کی نسبت ان کا نقطہ نظر صلح جوئی اور خیر خواہی کا تھا۔'' (اجمیر)

حضرت خواجہ معین الدین چشتی رحمۃ اللہ علیہ کے ذریعے روحانیت کی جو شمع اجمیر مقدس میں روشن ہوئی تھی، اس کی روشنی اس ملک کے کونے کونے میں پہنچی۔ ہدایت ورہنمائی کا اجالا صرف اجمیر تک محدود نہ رہا، بلکہ بعد کے دور میں اس سلسلے کے صوفیہ ہر طرف پھیلے اور ہدایت ورہنمائی کا کام انجام دیا۔ چشتی سلسلے میں ابتدائی مرکزیت تھی۔ خواجہ معین الدین چشتی کے جانشیں خواجہ قطب الدین بختیار کاکی ہوئے۔ ان کے جانشیں بابا فرید الدین گنج شکر ہوئے۔ بابا صاحب نے اپنے شاگرد حضرت نظام الدین اولیا، کو خلافت عطا فرمائی۔ یہاں تک اس سلسلے میں مرکزیت رہی۔ حالانکہ ان بزرگوں کے دیگر خلفاء بھی تھے، مگر باوجود اس کے ایک مضبوط نظام بھی نظر آیا تھا۔ حضرت نظام الدین اولیاء کے بہت سے خلفاء تھے، جو ملک کے گوشے گوشے میں پھیلے ہوئے تھے اور انھوں نے اپنی خانقاہیں قائم کر کے عوام کی رشد وہدایت کا کام شروع کیا۔ بنگال، دکن، مالوہ، گجرات، جونپور اس دور میں سلطنتوں کے مراکز تھے، لہٰذا انھیں جگہوں کو مرکز بنا کر چشتی سلسلے کے بزرگوں نے کام کیا۔ ان بزرگان کی دین اسلام کی اشاعت کیلئے کاوشیں ہمارے لیے مشعل راہ ہیں۔۔!

مرنے سے پہلے جنت میں مقام دیکھیں

حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص ہزار دفعہ قُلْ هُوَ اللّٰهُ پڑھے گا وہ مرنے سے پہلے اپنا مکان جنت میں دیکھ لے گا۔ یا یوں فرمایا کہ مرنے سے پہلے اپنا مکان دکھا دیا جائے گا۔ (بیہقی بحوالہ نزہت المجالس)

مالی تنگدستی کا علاج

حضرت عبداللہ بن عمرؓ فرماتے ہیں کہ ایک شخص نے آنحضرتؐ سے اپنے افلاس کی شکایت کی۔ آپؐ نے ارشاد فرمایا کہ تم صلوۃ ملائک اور تسبیح خلائق کیوں نہیں پڑھتے؟ اور وہ یہ ہے سُبْحَانَ اللّٰہِ وَبِحَمْدِہٖ سُبْحَانَ اللّٰہِ الْعَظِیْمِ اَسْتَغْفِرُ اللّٰہ یہ کلمہ طلوع فجر کے بعد صبح کی نماز سے پہلے سو مرتبہ پڑھا جائے تو دنیا تمہارے سامنے ذلیل ہو کر آئے۔ (المستغفری)

وظائف، عملیات، روحانیت

فتوحات

پردہ غیب سے فتوحات کے حصول کے لیے سورۃ فاتحہ کا مقام بہت بلند ہے۔ عروج ماہ میں نو چندی اتوار سے روزانہ انچاس مرتبہ اس ترکیب سے پڑھیں کہ جب اِيَّاكَ نَعْبُدُ وَاِيَّاكَ نَسْتَعِيْنُ پر پہنچیں تو سات مرتبہ تکرار کریں۔ اول و آخر درود شریف پڑھنا لازمی ہے۔ ۲۱ روز تک بلا ناغہ یہ عمل جاری رکھیں۔ انشاء اللہ فتوحات کثیر حاصل ہوں گی۔ لیکن شرط یہ ہے کہ اس عمل کو راز رکھیں۔ کسی کو بتائیں نہیں کہ آپ کیا عمل کرتے رہے ہیں۔

کھانے کے بعد قل شریف پڑھنے کا ثواب

حضرت علامہ صفویؒ نے نقل کیا ہے کہ حضرت ابوبکرؓ روایت کرتے ہیں کہ حضرت محمد ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص کھانا کھانے سے فارغ ہونے کے بعد قُلْ هُوَ اللّٰهُ اَحَدٌ (سورۃ اخلاص) ایک بار پڑھے گا تو اللہ تعالیٰ جنت میں اس کے لیے سرخ یاقوت کا ایک شہر تیار کرے گا اور اس کے ہر لقمہ پر دس نیکیاں لکھے گا۔ (نزہت المجالس)

جہاد سے بھاگنے کا عظیم گناہ بھی معاف

رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ جو شخص یہ استغفار پڑھے اس کے سب گناہ معاف ہو جائیں گے۔ اگرچہ اس نے میدان جہاد سے بھاگنے کا گناہ عظیم کیا ہو (اَسْتَغْفِرُ اللّٰهَ الَّذِيْ لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّوْمُ وَاَتُوْبُ اِلَيْهِ)۔ (ترمذی، ابوداؤد)۔ ترجمہ: میں مغفرت مانگتا ہوں اللہ سے جس کے سوا کوئی معبود نہیں۔ وہی زندہ اور قائم رہنے والا ہے۔

نماز تہجد کی کم از کم تعداد رکعات

نبی کریم ﷺ نے فرمایا: لوگو! رات کی نماز یعنی تہجد پر مداومت کرو اگرچہ دو ہی رکعت ہوں اور فرمایا کہ تم قیام شب کو لازمی پکڑو کیونکہ تم سے پیشتر کے صلحا کا یہی طریقہ رہا ہے۔ (نزہت المجالس)

کان کے درد کے لیے

کان میں درد ہو تو (وَاِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِيْنِ) سات بار دم کریں۔

نیند میں بچے کا ڈرنا

خضری عمل پڑھ کر دم کر دیا کریں فوراً بچہ پرسکون ہو جائے گا۔ اگر یہ عمل رات سونے سے پہلے باقاعدگی کے ساتھ کر لیا کریں تو گھر میں خیر و برکت ہوگی۔ خضری عمل شروع میں دیا گیا ہے اسی شمارے میں۔ (اجازت عام ہے)

کثرت احتلام کا شافی علاج

فحاشی اور عریانی کے اس ماحول میں اکثر نوجوان احتلام جیسے موذی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں جسکی وجہ سے اُنکی جوانی برباد ہو جاتی ہے۔ اور شادی کے بعد اولاد کے قابل نہیں رہتے۔ ایسی صورت میں رات کو سونے سے پہلے دونوں اسم مبارکہ کو چینی کی پلیٹ پر باوضو لکھ کر دھو کر پی لیں۔ کرم ہو جائے گا۔ اسم مبارک یہ ہیں یَا اللهُ . یَا حَفِيْظُ اور رات سونے سے پہلے خضری عمل ضرور پڑھ کر سوئیں۔ انشاء اللہ العزیز اس مرض سے نجات مل جائے گی۔ خضری عمل شروع میں دیا گیا ہے۔ (اجازت عام ہے)

دشمنوں کا نام مٹ جائے

اگر آپ کے دشمنوں نے زندگی اجیرن کی ہوتی ہے تو بعد از نماز مغرب 100 مرتبہ سورۃ قریش پڑھیں۔ بسم اللہ شریف کے بغیر انشاء اللہ العزیز آپ کے دشمن ناکام ہوں گے انکا کوئی وار آپ پر اثر نہیں کرے گا۔ لیکن اگر ناجائز کسی پر پڑھ کر پھونکیں گے تو نتائج کے ذمہ دار آپ خود ہوں گے۔ (اجازت عام ہے)

قوت حافظہ کی تیزی کے لیے عمل

سورۃ الم نشرح روزانہ چینی کی پلیٹ پر لکھ کر دھو کر بچے کو پلائیں اور یہ عمل اکتالیس دن مسلسل بغیر ناغہ کریں۔ بچہ سبق نہیں بھولے گا۔ یہ عمل بڑی عمر کے لوگ جو بھول جاتے ہیں وہ بھی کر سکتے ہیں۔ (اجازت عام ہے)

وَاذْكُرِ اسْمَ رَبِّكَ بُكْرَةً وَّاَصِيْلًا

آیاتِ حفاظت

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ

1. وَلَا يَئُوْدُهٗ حِفْظُهُمَا وَهُوَ الْعَلِيُّ الْعَظِيْمُ
2. فَاللّٰهُ خَيْرٌ حَافِظًا وَّهُوَ اَرْحَمُ الرّٰحِمِيْنَ
3. وَحِفْظًا مِّنْ كُلِّ شَيْطٰنٍ مَّارِدٍ
4. وَحِفْظًا ذٰلِكَ تَقْدِيْرُ الْعَزِيْزِ الْعَلِيْمِ
5. وَحَفِظْنٰهَا مِنْ كُلِّ شَيْطٰنٍ رَّجِيْمٍ
6. اِنْ كُلُّ نَفْسٍ لَّمَّا عَلَيْهَا حَافِظٌ
7. بَلْ هُوَ قُرْاٰنٌ مَّجِيْدٌ فِيْ لَوْحٍ مَّحْفُوْظٍ
8. وَهُوَ الْقَاهِرُ فَوْقَ عِبَادِهٖ وَيُرْسِلُ عَلَيْكُمْ حَفَظَةً
9. اِنَّ رَبِّيْ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ حَفِيْظٌ
10. لَهٗ مُعَقِّبٰتٌ مِّنْۢ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهٖ يَحْفَظُوْنَهٗ مِنْ اَمْرِ اللّٰهِ
11. اِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَاِنَّا لَهٗ لَحٰفِظُوْنَ
12. وَكُنَّا لَهُمْ حٰفِظِيْنَ
13. وَرَبُّكَ عَلٰى كُلِّ شَيْءٍ حَفِيْظٌ
14. اَللّٰهُ حَفِيْظٌ عَلَيْهِمْ وَمَا اَنْتَ عَلَيْهِمْ بِوَكِيْلٍ
15. وَعِنْدَنَا كِتٰبٌ حَفِيْظٌ
16. وَاِنَّ عَلَيْكُمْ لَحٰفِظِيْنَ

آیات حفاظت کو روزانہ 3 دفعہ صبح و شام اول و آخر 3 دفعہ دُرود پاک پڑھیں۔ انشاء اللہ ہر قسم کے جادو ٹونے سفلی وار حسد سے محفوظ رہیں گے۔ اگر پڑھ کر گھر بار، کاروبار کی جگہ پہ پھونک دیں تو رب کریم جان مال کی حفاظت کا ذمہ لے لے گا۔

سفر پر جاتے ہوئے ایک بار پڑھیں اور بے فکر ہو کر سفر پر جائیں واپسی تک اللہ کی امان میں ہوں گے۔ (اجازت عام ہے)

روح کی بیماریاں، علامات اور علاج

ہمارا اصل مرض اور بیماری گناہ ہے اور گناہوں کو چھوڑنا اور ان سے توبہ کرنا یہ اس کا علاج ہے۔ ہم سب مل کر اپنا جائزہ لیں اور اپنے اندر جھانک کر دیکھیں کہ وہاں کون کون سے گناہ گھونسلہ بنائے ہوئے ہیں جس طرح یہ قانون فطرت ہے کہ زہر کھانے سے انسان کا جسم مردہ ہو جاتا ہے اسی طرح یہ بھی اصول فطرت ہے کہ گناہ کرنے سے اس کی روحانیت ختم ہو جاتی ہے۔

غصے کو روکنے کی فضیلت حدیث شریف میں ہے جو شخص اپنے غصے کو روک لے گا، اللہ تعالیٰ بروز قیامت اس سے اپنا عذاب روک لے گا۔ (مشکوٰۃ شریف) جامع صغیر میں ہے جس شخص نے غصہ کو ضبط کر لیا باوجود اس کے وہ نافذ کرنے پر قدرت رکھتا ہے۔ اللہ تعالیٰ اس کے دل کو سکون و ایمان سے بھر دے گا یعنی اگر کسی کی طرف سے کوئی تکلیف پہنچ گئی اور غصہ آ گیا یہ بدلہ لے سکتا تھا مگر محض رضائے الٰہی کی خاطر غصہ پی گیا اور اس کی خطا معاف کر دی تو اللہ عزوجل اس کو سکون قلب عطا فرمائے گا اور اس کا دل نور ایمان سے بھر دے گا۔

غصے کا علاج جب غصہ آئے تو اس کا ایسے علاج کریں۔ (1)۔ اَعُوْذُ بِاللّٰہِ مِنَ الشَّیْطٰنِ الرَّجِیْمِ پڑھیں۔ (2)۔ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّۃَ اِلَّا بِاللّٰہِ پڑھیں۔ (3)۔ وضو کر لیں۔ (4)۔ کھڑے ہیں تو بیٹھ جائیں اگر بیٹھے ہیں تو لیٹ جائیں۔ (5)۔ جس پر غصہ آ رہا ہے اس کے سامنے سے ہٹ جائیں۔ (6)۔ پانی پی لیں۔ (7)۔ خاموش ہو جائیں۔

حسد کیا ہے؟: کسی کو کھاتا پیتا یا پھلتا پھولتا آسودہ حال دیکھ کر دل جلانا اور اس کی نعمتوں کے زوال کی تمنا کرنا، اس خراب جذبے کا نام حسد ہے۔ حسد اس لیے بہت بڑا گناہ ہے کہ حسد کرنے والا گویا اللہ تعالیٰ پر اعتراض کر رہا ہے کہ فلاں آدمی اس نعمت کے قابل نہیں تھا اس کو یہ نعمت کیوں ملی ہے؟ حضور اکرم ﷺ کا ارشاد ہے حسد نیکوں کو اس طرح کھا جاتا ہے جس طرح آگ لکڑی کو کھا لیتی ہے۔ (احیاء العلوم)۔

حسد کا علاج: حضرت امام محمد غزالیؒ نے فرمایا ہے کہ حسد قلب کی بیماریوں میں ایک بہت بڑی بیماری ہے اور اس کا علاج یہ ہے کہ حسد کرنے والا ٹھنڈے دل سے یہ سوچ لے کہ میرے حسد کرنے سے ہرگز ہرگز کسی کی دولت و نعمت برباد نہیں ہو سکتی اور میں جس پر حسد کر رہا ہوں میرے حسد سے اس کا کچھ بھی نہیں بگڑ سکتا بلکہ میرے حسد کرنے کا نقصان دین و دنیا میں مجھ کو ہی پہنچ رہا ہے کہ میں خواہ مخواہ دل کی جلن میں مبتلا ہوں اور میری نیکیاں برباد ہو رہی ہیں۔

لالچ کا انجام دنیا کی ہر چیز خصوصاً مال و دولت کو ضرورت سے بہت زیادہ حاصل کرنے کی خواہش رکھنے کو لالچ کہتے ہیں۔ یہ بہت ہی بری خصلت اور نہایت خراب عادت ہے۔ حرص و لالچ انسان کو بے شمار مصائب میں مبتلا کر دیتا ہے کیونکہ لالچی شخص کسی مقام پر بھی مطمئن نہیں ہوتا اور لالچ بے شمار گناہوں کا سرچشمہ ہے بہر حال آدمی کو چاہیے کہ جو رزق و نعمت اور مال و دولت اللہ تعالیٰ کی طرف سے ملا ہے اس پر راضی ہو کر قناعت کر لینا چاہیے۔ حضرت انسؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا آدمی بوڑھا ہو جاتا ہے لیکن اس کی دو چیزیں جوان رہتی ہیں مال کی حرص اور عمر کی حرص (بخاری شریف) حضرت ابو امامہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ مرتبے کے لحاظ سے قیامت کے روز سب انسانوں سے بدتر وہ بندہ ہو گا جس نے دوسرے کی دنیا کی خاطر اپنی عاقبت برباد کر لی (ابن ماجہ)۔

لالچ کا علاج: لالچ کا علاج یہ ہے کہ آدمی ٹھنڈے دل سے غور کرے کہ اس کی حرص اور طمع آخر ہے کس لیے؟ اگر کھانے پینے کی خاطر ہے تو گدھے اور بیل وغیرہ اس سے کہیں زیادہ پیٹ بھر کر کھانے کے عادی ہوتے ہیں اگر شان و شوکت پوشی مطلوب ہے تو کتنی غیر تو میں اس ضمن میں آگے بڑھی ہوئی ہیں غرض ہر برائی کے لیے متبادل مثال کسی بری شے میں دکھائی دے گی، ہاں اگر طمع سے ہاتھ اٹھا لے اور تھوڑے پر صبر کرنا سیکھ لے تو اسے اپنی مثال انبیاء اکرام اور اولیاء کرام میں سے دکھائی دے سکتی ہے۔

تکبر اور اس کا علاج: میدان محشر میں تکبر کرنے والوں کو اس طرح لایا جائے گا کہ ان کی صورتیں تو انسانوں کی ہوں گی مگر ان کے قد چیونٹیوں کے برابر ہوں گے اور یہ لوگ گھسیٹتے ہوئے جہنم میں لائے جائیں گے اور جہنم کے اس جیل خانہ میں قید کر دیے جائیں گے جس کا نام (بولس یعنی ناامیدی) اور وہ ایسی آگ میں جلائے جائیں گے جو تمام آگوں کو جلا دے گی جس کا نام "نار الانیار" ہے اور ان لوگوں کو جہنمیوں کا پیپ پلایا جائے گا۔ (مشکوٰۃ ج2 ص433)۔ ہم لوگ جو کھانے، کپڑے، چال چلن، مکان، سامان، تہذیب و تمدن، مال و دولت ہر چیز میں اپنے آپ کو دوسروں سے اچھا اور دوسروں کو اپنے سے حقیر سمجھ کر اکڑتے ہیں۔ یہی تکبر ہے۔

تکبر کا علاج: غرور اور تکبر کا علاج یہ ہے کہ مسکینوں اور غریبوں کی صحبت میں رہنے لگے اور لوگوں کی خدمت کرے تو واضع و انکساری کا طریقہ اختیار کرے، سلام میں خود پہل کرے اور اپنے دل میں یہ طے کرے کہ میں ہر مسلمان کی تعظیم بجا لاؤں گا۔ ہر وقت اپنے دل میں کمتری اور کوتاہی کا خیال جمائیں اور خداوند کریم کا شکر کریں کہ مجھ کو اس نے جیسا دیا جتنا دیا سب بالکل ٹھیک ہے لیکن وہ اگر چاہتا یا اب بھی چاہے تو سارے جہاں سے بدتر بنا سکتا ہے اور یہ بھی دل میں خیال کرے کہ اللہ تعالیٰ سب سے بڑا ہے، کبریائی اور بڑائی تو سوائے خدا تعالیٰ کے کسی کو زیب نہیں دیتی میں تو حقیر، خوار اور گھٹیا سا آدمی ہوں۔

ریاکاری اور اس کا علاج: کچھ کچھ مردوں اور عورتوں کو یہ خراب عادت ہوتی ہے وہ دین یا دنیا کا جو کام بھی کرتے ہیں وہ شہرت، ناموری اور دکھاوے کے لیے کرتے ہیں اس بری عادت کا نام ریاکاری ہے اور سخت گناہ کی بات ہے۔ کیونکہ نیک کاموں میں اخلاص کا ہونا ضروری ہے یعنی ہر نیک کام اللہ تعالیٰ کی رضا اور خوشنودی حاصل کرنے کے لیے کیا جائے۔ حدیث شریف میں ہے کہ ریاکاری کرنے والوں کو قیامت کے دن خدا کا منادی اس طرح میدان حشر میں پکارے گا کہ اے بدکار، اے بدعہد، اے ریاکار! تیرا عمل غارت ہو گیا اور تیرا اجر و ثواب برباد ہو گیا تو خدا کے دربار سے نکل جا اور اس شخص سے اپنا ثواب طلب کر جس کے لیے تو نے یہ عمل کیا تھا۔ (احیاء العلوم ج3 ص294)۔

ریاکاری کا علاج: جب ریا دل میں ظہور پذیر ہونے لگے تو فوراً دور کر دیا جائے کیونکہ خواہ آپ کے دل لوگوں کی ستائش سے بے خبر اور دور ہی کیوں نہ ہوں اور آپ کا عمل محض اللہ تعالیٰ کی رضا کے لیے ہو تب بھی شیطان تو برابر اپنے کام میں منہمک رہتا ہے اور دوران عبادت ریا کے خیالات دل میں ڈالتا رہتا ہے جس کی وجہ سے دل میں یہ خیال پیدا ہوتا ہے تیری عبادت کا حال اب تک لوگوں کو معلوم ہو چکا ہو گا کہ وہ بہت جلد اس پر مطلع ہو جائیں گے۔ اس طرح کے خیالات کو ذہن میں جگہ نہ دی جائے اور فوری دل کو اللہ کی طرف متوجہ کرے کہ میرا یہ عمل صرف اللہ کے لیے ہے یہی میرے لیے بہت ہے۔

روزے کی طبی فوائد اور سائنس

آج کا انسان جدید دور کے مخصوص حالات کی بدولت شدید تناؤ یا ہائپرٹینشن کا شکار ہے۔ رمضان کے ایک ماہ کے روزے بطور خاص ڈائسٹالک پریشر کو کم کرکے انسان کو بے پناہ فائدہ پہنچاتے ہیں۔

جسم کی قوت مدافعت: حقیقت یہ ہے کہ قدرتی علاج کی ہرصورت اس حقیقت پر مبنی ہے کہ قدرت کاملہ نے جسم کے اندر قوت مدافعت پیدا کی ہے جسے آپ جسم کا ایک دفاعی نظام بھی کہہ سکتے ہیں۔ قدرتی علاج کی صورت میں وہ تدابیر کرنی چاہئیں جو قوت مدافعت کو مدد دینے والی ہوں اور ان باتوں سے بچنا چاہئے جو اسے کمزور کردیں۔ قوت مدافعت کو مدد دینے والی تدبیروں میں سے ایک تدبیر یہ ہے کہ کبھی کبھار کھانا پینا چھوڑ دینا چاہے۔ اس حقیقت سے روزے کی بطنی افادیت پر مہر تصدیق ثبت ہوجاتی ہے۔ یہ بات یوں سمجھ میں آسکتی ہے کہ ترک غذا سے بدن کی وہ قوت جو غذا ہضم کرنے میں ہروقت صرف ہوتی رہتی ہے، جمع رہتی اور قوت مدافعت کے ساتھ مل کر امراض کو بدن سے نکالنے میں لگ جاتی ہے۔

دل پر مثبت اثرات: دن میں روزہ کے دوران خون کی مقدار میں کمی ہوجاتی ہے۔ یہ اثر دل کو نہایت فائدہ مند آرام مہیا کرتا ہے۔ زیادہ اہم یہ بات ہے کہ خلیوں کے درمیاں (inter Celluler) مائع کی مقدار میں کمی کی وجہ سے خلیوں کے عمل میں بڑی حد تک سکون پیدا ہوجاتا ہے۔ لعاب دار جھلی کی بالائی سطح سے متعلق خلیے جنہیں اپی تھیلیل سیل کہتے ہیں اور جو جسم کی رطوبت کے متواتر اخراج کے ذمہ دار ہوتے ہیں ان کو بھی صرف روزے کے ذریعے آرام اور سکون ملتا ہے۔ جس سے ان کی صحت مندی میں اضافہ ہوتا ہے۔ روزے کے دوران ڈائسٹالک پریشر ہمیشہ کم سطح پر ہوتا ہے۔ یعنی اس وقت دل آرام یا ریسٹ کی صورت میں ہوتا ہے۔ مزید برآں آج کا انسان جدید دور میں مخصوص حالات کی بدولت شدید تناؤ یا ہائپرٹینشن کا شکار ہے۔ رمضان کے ایک ماہ کے روزے بطور خاص ڈائسٹالک پریشر کو کم کرکے انسان کو بے پناہ فائدہ پہنچاتے ہیں۔

روزے کا سب سے اہم اثر دوران خون پر اس پہلو سے ہے کہ یہ دیکھا جائے کہ اس سے خون کی شریانوں پر کیا اثر ہوتا ہے۔ اس حقیقت کا علم اب عام ہے کہ خون کی شریانوں کی کمزوری اور فرسودگی کی اہم ترین وجوہات میں سے ایک وجہ خون میں باقی ماندہ مادے کا پوری طرح تحلیل نہ ہوسکنا ہے جبکہ دوسری طرف روزے میں بطور خاص افطار کے وقت کے نزدیک خون میں موجود غذائیت کے تمام ذرے تحلیل ہوچکے ہوتے ہیں اور ان میں سے کچھ بھی باقی نہیں بچتا۔ اس طرح خون کی شریانوں کی دیواروں پر چربی یا دیگر اجزا جم نہیں پاتے یوں شریانیں سکڑنے سے محفوظ رہتی ہیں۔

جسم اور دماغ میں ہم آہنگی: اردن کی یونیورسٹی ہسپتال کے ڈاکٹر سلیمان نے مردوں اور خواتین کا مشاہدہ کیا۔ رمضان کے دوران ان کا اوسطاً دو کلوگرام وزن کم ہوگیا۔ تہران یونیورسٹی کے ڈاکٹر عزیز کی تحقیق کے مطابق رمضان کے دوران عام افراد میں چار کلوگرام تک وزن میں کمی نوٹ کی گئی۔ سلمنگ سنٹر میں جانے والوں میں عام مشاہدہ کیا گیا ہے کہ فاقوں کے بعد ان کا وزن دوبارہ بڑھ جاتا ہے بلکہ بعض لوگوں کا پہلے سے بھی زیادہ بڑھ جاتا ہے دماغ کا حصہ انسان کا وزن کنٹرول کرتا ہے اگر کوئی شخص فاقے کرتا ہے تو فاقوں کے بعد یہ حصہ تیزی سے عمل کرتا ہے اور وزن دوبارہ بڑھ جاتا ہے۔ روزے کے دوران حیرت انگیز طور پر یہ حصہ تیزی سے کام نہیں کرتا۔

تازہ خون بنتا ہے: روزے کے دوران جب خون میں غذائی مادے بلند ترین سطح پر ہوتے ہیں تو ہڈیوں کا گودہ حرکت پذیر ہوجاتا ہے بل اس کے نتیجے میں لاغر لوگ روزہ رکھ کر آسانی سے اپنے اندر زیادہ خون پیدا کرسکتے ہیں۔ بہرحال یہ تو ظاہر ہے کہ کوئی شخص اگر خون کی پیچیدہ بیماری میں مبتلا ہے تو اسے طبی معائنہ اور ڈاکٹر کی تجویز کو ملحوظ خاطر رکھنا ہی پڑے گا۔ روزے کے دوران جگر کو ضروری آرام مل جاتا ہے۔

نظام انہضام اور جگر پر مثبت اثرات: روزہ یوں تو سارے نظام انہضام پر ایک ماہ کا آرام طاری کردیتا ہے مگر درحقیقت اس کا حیران کن اثر بطور خاص جگر پر ہوتا ہے کیونکہ جگر کا کھانا ہضم کرنے کے علاوہ پندرہ مزید عمل بھی ہوتے ہیں۔ یہ اس طرح تکان کا شکار ہوجاتا ہے جیسے ایک چوکیدار ساری عمر کے لیے پہرے پر کھڑا ہو۔ دوسری طرف روزے کے ذریعے جگر کو چار سے چھ گھنٹوں تک آرام مل جاتا ہے جو روزے کے بغیر قطعی ناممکن ہے کیونکہ بے حد معمولی مقدار کی خوراک یہاں تک کہ ایک گرام کے دسویں حصہ کے برابر بھی اگر معدہ میں داخل ہوجائے تو پورا نظم انہضام اپنا کام شروع کردیتا ہے اور جگر فوراً مصروف عمل ہوجاتا ہے۔

سونف اور اجوائن کے کرشمے

جڑی بوٹیوں کی افادیت زمانہ قدیم سے مسلمہ ہے۔ پسماندہ اور ترقی یافتہ ممالک میں بھی ان سے یکساں فائدہ اٹھایا جاتا ہے۔ جرمنی میں چھوٹے بچوں کو دوائیاں نہیں دی جاتیں بلکہ انہیں سونف کا پانی پلایا جاتا ہے۔ سونف کے پیکٹ بازار میں عام دستیاب ہیں۔ سونف کا پانی ابال کر پلانے سے بچے تکلیفوں سے نجات پالیتے ہیں۔

نظر کی کمزوری کا آخری علاج: سونف بہت اچھی دوا ہے۔ خصوصاً بچوں کے لیے بہترین ہے۔ گھر میں سونف ضرور رکھنی چاہے۔ چھوٹے بچوں کے پیٹ میں درد ہو تو چائے کا چمچ سونف ایک پیالی پانی میں جوش دے کر رکھ لیں۔ اس کے پلانے سے بدہضمی دور جاتی ہے۔ دیہات میں عموماً دودھ میں سونف پکا کر بچوں کو پلاتے ہیں۔ اس سے بچوں کے پیٹ میں درد ہوتا ہے نہ گیس ہوتی ہے۔ آج کل چھوٹے بچوں کی نگاہ بھی کمزور ہورہی ہے۔ اس کے لیے تھوڑی سی سونف بچوں کی جیب میں ڈال دیں۔ وہ چلتے پھرتے کھالیں گے۔ اس سے نگاہ کی کمزوری بھی دور ہوجائے گی اور معدے کو بھی طاقت ملے گی۔ صبح چائے کا چمچ بھر سونف کھانے سے بینائی تیز ہوتی ہے۔ پرانے نزلہ کے لیے عموماً خواتین رات کے سوتے وقت ایک بڑا چمچ سونف اور گیارہ بادام کھلاتی ہیں۔ اس کے فوراً بعد چائے دودھ یا پانی کچھ نہیں پینا چاہیے۔ اس سے نزلہ دور ہوتا ہے اور دماغ میں تیزی آتی ہے۔ کچھ لوگوں کا ہاضمہ خراب رہتا ہے اور اسہال کی تکلیف سے نڈھال ہوتے ہیں۔ جہاں کچھ کھایا پیٹ میں درد ہوگیا انہیں چاہیے سونف تھوڑی سے چینی ملالیں۔ صبح شام چائے کا ایک چمچہ کھانے سے ہاضمہ ٹھیک ہوتا ہے۔ بیل گری مل جائے تو وہ بھی برابر وزن کرکے ملالیں جلدی فائدہ ہوگا۔

ہر مرض کی دوا: آج کل بازار کی چٹ پٹی چیزیں کھانے سے معدہ بوجھل اور گیس کی شکایت عام پائی جاتی ہے۔ سونف کے نرم نرم پتے اور ڈنڈیوں کی سلاد صبح نہار منہ کھانے سے یہ شکایت دور ہوجاتی ہے۔ سونف کے پتے آپ سات باداموں کے ساتھ کھالیں اور سردرد کی شکایت دور ہوجاتی ہے۔ کچھ لوگوں کی آنکھیں پیلی پیلی، بے رنگ سی ہوتی ہیں سونف کا پانی شہد میں ملا کر آنکھوں میں ڈالنے سے چند روز میں آنکھوں کی اصلی رنگت لوٹ آتی ہے اور چمک بڑھ جاتی ہے۔ سونف کے پتوں کا پانی نکال کر اس میں کھرل کیا ہوا سرمہ بھی مفید ہے۔ دُھند، جالا، کمزوری اور آنکھوں سے پانی بہنا دور ہوتا ہے۔ نظر کمزور ہو تو گاجر کے پانی میں سونف بھگودیں۔ پانی خشک ہوجائے تو دوبارہ گاجر کا پانی ڈال دیں۔ اس طرح تین بار کریں۔ خشک ہونے پر اس میں چینی اور بادام ملا کر پیس لیں۔ صبح شام یہ سونف چائے کا چمچ بھر کھائیں، نظر تیز ہوجائے گی۔ تھوڑی سی اجوائن کھانے کے بعد کھالی جائے تو گیس کے ڈکار نہیں آتے۔ اس کے چبانے سے منہ کا مزا ٹھیک رہتا ہے بھوک لگتی ہے اور ہچکی دور ہوتی ہے۔

اجوائن بتائے فائدے ہی فائدے: اجوائن کے دانے لے لیں اور پانی میں ملا کر ذرا سا نمک ڈالیں اور پی جائیں اس سے معدے اور جگر کی اصلاح ہوتی ہے۔ اجوائن جگر کی سختی دور کرتی ہے۔ صبح شام کھانے سے بڑھی ہوئی تلی معمول پر آجاتی ہے۔ معدے کے درد میں بھی اجوائن فائدہ دیتی ہے **جو لوگ افیم کھاتے یا چرس پیتے ہیں وہ اجوائن کا باقاعدہ استعمال کریں تو اس عادت سے چھٹکارا پاسکتے ہیں۔ اس منشیات کے جو برے اثرات جسم پر مرتب ہوتے ہیں اجوائن انھیں دور کردیتی ہے۔** اجوائن کے عرق معدے اور جگر کی بیماریوں میں اکسیر کا کام کرتا ہے بدہضمی اور گیس اور جگر کی کمزوری ختم ہوجاتی ہے۔ اس کے عرق سے ریاحی درد بھی جاتے رہتے ہیں۔ اجوائن ایک پاؤ لے کر خوب صاف کرلیں۔ پھر اس میں پانچ تولے کالا نمک ملا کر پیس لیں اور شیشے کے برتن میں دوا ڈال دیں، پھر لیموں کا رس اس قدر نچوڑیں کہ اجوائن اور نمک کا سفوف اس میں اچھی طرح ڈوب جائے لیموں کا رس خشک ہوجائے تو اور نچوڑیں اسی طرح پانچ مرتبہ کریں۔ صبح وشام لکڑی یا سٹیل کے چمچ سے ہلائیں خشک ہوجائے تو پیس لیں یا ویسے ہی شیشے کی بوتل میں رکھ لیں۔ اس کی خوراک ایک ماشہ ہے۔ پیٹ میں درد، اپھار، گیس ہو تو پانی کے ساتھ کھالیں۔ ٹھیک ہوجائے گا۔ اجوائن کے استعمال سے پیٹ نہیں بڑھتا اور بڑھا ہوا پیٹ کم ہوجاتا ہے۔

نماز کے مسائل

نماز کے اندر کے فرائض نماز کے 7 فرض (تکبیر تحریمہ یعنی اللہ اکبر کہنا، قیام، قرآت، رکوع، سجود، آخری قعدہ اور ارادے سے نکلنا) ہیں۔ یہ فرض ہر نماز (فرض، واجب، سنت، نفل) میں فرض ہیں اور "فرض" چھوٹنے پر نماز ادا نہیں ہوتی جیسے: **1۔تکبیر تحریمہ** نماز شروع کرتے ہوئے پہلی بار (اللہ اکبر) کہنا نماز میں شرط اور فرض بھی ہے۔

2۔قیام: نماز ہمیشہ کھڑے ہو کر پڑھتے ہیں، بغیر مجبوری کے بیٹھ کر نماز پڑھیں گے تو نماز نہیں ہوتی البتہ "نفل" نماز بیٹھ کر پڑھ سکتے ہیں مگر ثواب کم ہو گا۔ نبی کریم ﷺ نے تہجد، اشراق، چاشت وغیرہ کے "نفل" کبھی بھی بیٹھ کر نہیں پڑھے البتہ عشاء کے آخری دو نفل بیٹھ کر پڑھے ہیں۔

مثال: ایک بندہ گھر میں کھڑا ہو کر نماز پڑھ سکتا ہے لیکن مسجد میں جماعت سے نماز پڑھنے جائے گا تو تھک کر بیٹھ کر نماز پڑھے گا تو اُسے گھر میں کھڑے ہو کر نماز پڑھنا ضروری ہے۔

امام رکوع میں تھا تو نمازی اللہ اکبر کہہ کر فوراً رکوع میں چلا جائے تو حدیث کے مطابق رکوع مل جانے پر رکعت مل جائے گی اور اگر گھٹنوں تک ہاتھ جانے سے پہلے امام اٹھ گیا تو ایک رکعت چھوٹ گئی۔

3۔تلاوت قیام میں قرآن کی تلاوت کرنا ضروری ہے، عوام چھوٹی چھوٹی سورتیں ملاتی ہے۔ کچھ لوگ نماز میں بھی قرآن پاک پڑھتے ہوئے ہونٹ نہیں ہلاتے بلکہ دل کے اندر پڑھتے ہیں ان کی نماز نہیں ہوتی اس لئے قرآن پاک کی جب بھی تلاوت کریں تو زبان سے کریں، اتنی آواز میں کہ خود کو محسوس ہو۔

4۔رکوع ہاتھوں کے گھٹنوں تک پہنچ جانے کو رکوع کہتے ہیں اور رکوع کرنا فرض ہے۔

5۔دو سجدے نماز کی ہر رکعت میں دو سجدے فرض ہیں۔ سجدے میں عوام کی دو بڑی غلطیاں ہیں۔ جس سے سجدہ مکمل نہیں ہوتا (1) سجدے میں پیشانی تو لگا لیتے ہیں لیکن ناک کی ہڈی کو زمین کے ساتھ سختی سے نہیں لگاتے (2) سجدے میں دونوں پاؤں کی ساری انگلیاں زمین پر لگانے کی کوشش نہیں کرتے۔

6۔قعدہ 2 رکعت اور 4 رکعت کی نماز میں التحیات (تشہد) کے لئے بیٹھنا۔

مریض کی نماز

اگر بیمار تھوڑا سا کھڑا ہو سکتا ہے تو کھڑا ہو کر نماز شروع کرے، پھر بیٹھ جائے کیونکہ قیام فرض ہے۔

اگر بیمار قیام کر سکتا ہے لیکن رکوع اور سجود پورے نہیں کر سکتا تو قیام کرے اور اشارے سے نماز پڑھے یعنی رکوع کے لئے اپنے جسم کو تھوڑا جھکائے اور سجدے کے لئے رکوع سے تھوڑا زیادہ جھکے۔

• اگر کوئی دیوار وغیرہ کے سہارے سے نماز پڑھ سکتا ہے تو لیٹ کر نہیں بلکہ سہارے سے پڑھے۔

• بیمار یا حاملہ عورت سجدے میں زیادہ جھک نہیں سکتی تو آگے کوئی اونچی چیز رکھ کر اس پر سجدہ کرے۔

• لیٹ کر نماز پڑھنا صرف اس کے لئے جائز ہے جو بیٹھ کر نماز ادا نہیں کر سکتا۔

• ہسپتال میں بیمار کو قبلہ کی طرف بیڈ کرنے سے پریشانی ہو تو جدھر منہ ہو ادھر ہی نماز ادا کر لے۔

مسجد کی کرسی اسلئے مسجد کی کرسی پر ہر اس بندے کی نماز نہیں ہوتی جو قیام، رکوع، سجود (فرائض) پورے کر سکتا ہو مگر نماز کے یہ فرض چھوڑ دے۔ ہر نمازی بیماری میں "قانون" کو سامنے رکھ کر نماز پڑھے۔

بدزبانی اور فحش گفتاری دفع کرنے کا طریقہ

حضرت حذیفہؓ کہتے ہیں کہ میں نے نبی کریم ﷺ سے اپنی بدزبانی اور فحش کلامی کی شکایت کی تو آپ نے فرمایا تم استغفار کی پابندی کیوں نہیں کرتے؟ میں تو دن میں سو (۱۰۰) مرتبہ استغفار کرتا ہوں۔ (حصن حصین)

شانِ سنتِ رسول ﷺ — مسواک کے ستر (70) فوائد

(1) رحمٰن کی خوشنودی ہے
(2) مسواک کی نماز کا ثواب۔ 99/ گنا اور بعض کتابوں کے مطابق -/440/ گنا تک بڑھ جاتا ہے
(3) اس کا ہمیشہ کرنا وسعت رزق کا باعث ہے
(4) اسباب رزق کی سہولت کا۔ باعث ہے
(5) منہ کی صفائی ہے
(6) مسوڑھا مضبوط کرتی ہے
(7) سر کے درد کو دور کرتی ہے
(8) سر کی رگوں کے لئے مفید ہے
(9) بلغم دور کرتی ہے
(10) دانت مضبوط کرتی ہے
(11) مالداری لاتی ہے
(12) نگاہ تیز کرتی ہے
(13) معدہ درست کرتی ہے
(14) بدن کو طاقت پہنچاتی ہے
(15) فصاحت و بلاغت پیدا کرتی ہے
(16) یادداشت بڑھاتی ہے
(17) عقل کی زیادتی کا باعث ہے
(18) دل کو صاف رکھتی ہے
(19) نیکیوں کو زائد کرتی ہے
(20) فرشتوں کو خوش رکھتی ہے
(21) چہرے کے منور ہو جانے کی وجہ سے فرشتے مصافحہ کرتے ہیں
(22) جب وہ نماز کو جاتا ہے تو فرشتے اس کے ساتھ چلتے ہیں
(23) مسجد کی طرف جاتے وقت حاملین عرش فرشتے اس کے لئے استغفار کرتے ہیں
(24) مسواک کرنے والے کو انبیاء و پیغمبر علیہم السلام کی دعاء و استغفار ملتی ہے
(25) شیطان کو ناراض اور اسے دور کرنے والی ہے
(26) ذھن کو صاف کرنے والی ہے
(27) کھانا ہضم کرنے والی ہے
(28) کثرت اولاد کا باعث ہے
(29) پل صراط پر بجلی کی طرح گذارنے والی ہے
(30) بڑھاپا دیر سے لاتی ہے
(31) نامۂ اعمال داہنے ہاتھ میں دلاتی ہے
(32) جسم کو عبادت الٰہی پر ابھارتی ہے
(33) جسم کی گرمی کو دور کرتی ہے
(34) بدن کے درد کو دور کرتی ہے
(35) کمر یعنی پیٹھ مضبوط کرتی ہے
(36) موت کے وقت کلمۂ شہادت یاد دلاتی ہے
(37) روح کے نکلنے کو آسان کرتی ہے
(38) دانتوں کو سفید کرتی ہے
(39) منہ کو خوشگوار بناتی ہے
(40) ذھن تیز کرتی ہے
(41) اس سے قبر میں کشادگی ہوتی ہے
(42) قبر میں انس کا باعث ہے
(43) مسواک نہ کرنے کے برابر لوگوں کا ثواب ملتا ہے
(44) اس کے لئے جنت کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں۔
(45) فرشتے ان کی تعریف کرتے ہوئے کہتے ہیں یہ لوگ انبیاء علیہم السلام کے نقش قدم پر چلنے والے ہیں
(46) اس پر جہنم کا دروازہ بند کر دیا جاتا ہے
(47) دنیا سے وہ پاک وصاف ہو کر جاتا ہے
(48) فرشتے موت کے وقت اس طرح آتے ہیں جس طرح اولیاء کرام کے پاس آتے ہیں بعض عبارات میں ہے کہ انبیاء علیہم السلام کی طرح آتے ہیں
(49) اس وقت تک دنیا سے اس کی روح نہیں نکلتی جب تک کہ وہ نبی پاک صلی اللہ علیہ وسلم کے حوض مبارک سے رحیق مختوم کا گھونٹ نہیں پی لیتا
(50) منہ کی بدبو ختم کرتی ہے
(51) بغل کی بدبو ختم کرتی ہے
(52) جنت کے درجات بلند کرتی ہے
(53) سنت کا ثواب ہے
(54) داڑھ کا درد دور ہوتا ہے
(55) شیطان کے وسوسوں کو دور کرتی ہے
(56) بھوک پیدا کرتی ہے
(57) (جسم کی) رطوبت ختم کرتی ہے
(58) مادۂ منویہ گاڑھا کرتی ہے
(59) آواز خوبصورت کرتی ہے
(60) پت کی تیزی کو بجھاتی ہے
(61) زبان کے میل کو دور کرتی ہے
(62) حلق صاف کرتی ہے
(63) ضرورتوں کے پورا ہونے میں مددگار ہے
(64) منہ میں خوشبو پیدا ہوتی ہے
(65) درد کو سکون دیتی ہے
(66) موت کے علاوہ ہر مرض سے شفاء ہے
(67) جسم کا رنگ نکھارتی ہے
(68) چہرے کو بارونق بناتی ہے
(69) بال اُگاتی ہے
(70) (مسواک کا عادی) جس دن مسواک نہ کرے اس دن بھی اجر لکھا جاتا ہے

شریعت طریقت حقیقت معرفت

احکاماتِ خُداوندی اور سُنتِ حبیبِ خُدا ﷺ کو "شریعت" کہتے ہیں۔ جب تک تکلف کے ساتھ شرعی احکام پر عمل لیا جاتا ہے۔ اُسکو "طریقت" کہتے ہیں اور جب طبیعت سے تکلف رُخصت ہوجائے اور احکامات شریعت پر عمل عادت بن جائے تو اسکو "حقیت" سے تعبیر کرتے ہیں اور جب حقیقت پر استقامت نصیب ہوجائے تو اسکو "معرفت" کہتے ہیں اور جب مخلصین پر معرفت کا دروازہ کھل جاتا ہے تو شیطان کا بس نہیں چلتا کیونکہ شیطان نے اس بات کا اقرار کیا ہے "میں سب کو گمراہ کرونگا سوائے تیرے مخلصین کو"۔۔۔

طریقت یا تصوف سے کیا مراد ہے؟

قرآن وحدیث اور صوفیا کرام کے ارشادات کی روشنی میں ملاحظہ فرمائیں۔۔۔سورہ بقرہ میں اللہ تعالیٰ جل جلالہ کا فرمان عالی شان ہے ''جیسا ہم نے تم میں بھیجا ایک رسول تم میں سے کہ تم پر ہماری آیتیں تلاوت فرماتا ہے اور تمہیں پاک کرتا اور کتاب اور پختہ علم سکھاتا اور تمہیں وہ تعلیم فرماتا ہے جس کا تمہیں علم نہ تھا''۔ (آیت ۱۵۱، کنز الایمان فی ترجمۃ القرآن از اعلیٰ حضرت امام احمد رضا محدث بریلوی قدس سرہ)۔۔۔اس آیت مقدسہ میں اللہ تعالیٰ نے نبی کریم ﷺ کے پانچ فرائض نبوت کا ذکر فرمایا ہے۔

۱۔ اللہ تعالیٰ کی آیات تلاوت کرنا۔ ۲۔ کتاب اللہ کی تعلیم دینا۔ ۳۔ حکمت کی تعلیم دینا۔ ۴۔ مومنوں کو پاک کرنا ۵۔ باطنی علم سکھانا۔

ایک بات جو اس آیت مبارکہ سے بالکل واضح ہے وہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ نے سرکار دو عالم ﷺ کو ظاہری و باطنی علوم کے ساتھ ساتھ لوگوں کو پاک کرنے کا اختیار بھی عطا فرمایا ہے۔ ظاہر ہے کہ پاک کرنے والا ان کی مثل کیسے ہوسکتا ہے جو پاک نہیں ہیں؟ علم سکھانے والا ان کی مثل کیونکر ہوسکتا ہے جو کچھ نہیں جانتے۔ پس ثابت ہوا کہ نبی کریم ﷺ بے مثل بشر ہیں۔۔۔اب ہم اس آیت مقدسہ کے ترجمہ پر غور کرتے ہیں' تلاوت آیات اور تعلیم کتاب وحکمت کے متعلق تمام مفسرین کا اجماع ہے کہ اس سے مراد قرآن پاک اور شریعت مطہرہ کی مکمل تعلیم ہے۔ تزکیہ سے مراد نبی کریم ﷺ کا لوگوں کے قلوب کو روحانی پاکیزگی عطا کرنا ہے۔ اعلیٰ حضرت قدس سرہ الامن والعلیٰ میں تفسیر بیضاوی اور تفسیر معالم التنزیل کے حوالے سے سورہ جمعہ آیت ۳ کے تحت فرماتے ہیں کہ ''نبی کریم ﷺ کا عطا فرمانا' گناہوں سے پاک کرنا' ستھرا بنانا صرف صحابہ کرام علیہم الرضوان سے خاص نہیں بلکہ قیامت قائم ہونے تک تمام امت کو حضور ﷺ پاکی عطا فرماتے ہیں''

ولی کامل مجدد دین وملت اعلیٰ حضرت رحمۃ اللہ علیہ فرماتے ہیں　چمک تجھ سے پاتے ہیں سب پانے والے۔۔۔میرا دل بھی چمکا دے چمکانے والے۔۔۔تو زندہ ہے واللہ تو زندہ ہے واللہ۔۔۔میرے چشم عالم سے چھپ جانے والے۔۔۔آخر الذکر کے متعلق قاضی ثناء اللہ پانی پتی تفسیر مظہری میں لکھتے ہیں ''معلم کا فعل دوبارہ ذکر کرنا اس بات کی دلیل ہے کہ یہ تعلیم' کتاب وحکمت کی تعلیم سے جدا نوعیت کی ہے' شاید اس سے مراد علم لدنی ہے جو قرآن کے باطن اور نبی کریم ﷺ کے سینہ مبارکہ سے حاصل ہوتا ہے اور اس کا حصول صرف انعکاس کے ذریعہ ممکن ہے''یعنی یہ علم کتابوں سے نہیں ملتا بلکہ نور مجسم ﷺ کے سینہ پر انوار سے علم لدنی کے تجلیات وانوار' اولیائے کرام کے قلوب پر منعکس ہوتے ہیں اور پھر سینہ بہ سینہ یہ اسرار ومعارف اہل اللہ حاصل کر کے تشنگان معرفت کے دلوں پر نقش کرتے ہیں۔ اسی باطنی علم کو علم لدنی یا علم طریقت وتصوف کہا جاتا ہے۔ سورہ کہف میں ارشاد باری تعالیٰ ہے''اور اسے (یعنی خضر علیہ السلام کو) اپنا علم لدنی عطا کیا'' (آیت ۶۵)

مفسرین فرماتے ہیں کہ علم لدنی سے مراد وہ باطنی علم ہے جو بغیر الفاظ وعبارت کے محض اللہ تعالیٰ کی تعلیم سے (بطریق الہام جس کو وحی خفی) بھی کہا جاتا ہے) حاصل ہوجاتا ہے۔ چنانچہ بخاری شریف میں ہے کہ جب حضرت موسیٰ علیہ السلام حضرت خضر علیہ السلام کے پاس حکم الٰہی سے تشریف لے گئے تو انہوں نے فرمایا''اے موسیٰ! میں اللہ تعالیٰ کے دیئے ہوئے علم میں سے ایک علم پر ہوں جو اس نے مجھے سکھایا ہے۔ اس علم کو آپ نہیں جانتے اور آپ اللہ تعالیٰ کے عطا کردہ ایسے علم پر ہیں جو اس نے آپ کو سکھایا ہے جسے میں نہیں جانتا''۔۔۔اور سورہ کہف میں یوں ہے کہ حضرت خضر علیہ السلام نے فرمایا''آپ میرے ساتھ ہرگز نہ ٹھہر سکیں گے اور اس بات پر کیونکر صبر کریں گے جسے آپ کا علم محیط نہیں (حضرت موسیٰ علیہ السلام نے) کہا عنقریب اللہ چاہے تو تم مجھے صابر پاؤ گے اور میں تمہارے کسی حکم کے خلاف نہ کروں گا (حضرت خضر علیہ السلام نے) کہا اگر آپ میرے ساتھ رہتے ہیں تو مجھ سے کسی بات کو نہ پوچھنا جب تک میں خود اس کا ذکر نہ کروں'' (کنز الایمان)

صدر الافاضل مولانا سید نعیم الدین مراد آبادی تفسیر خزائن العرفان میں فرماتے ہیں''مفسرین ومحدثین کہتے ہیں کہ جو علم حضرت خضر علیہ السلام نے اپنے لئے خاص فرمایا وہ علم باطن ومکاشفہ ہے اور یہ اہل کمال کے لئے باعث فضل ہے۔''اس واقعہ کا خلاصہ یہ ہے کہ حضرت خضر علیہ السلام ایک کشتی میں سوار ہوئے تو آپ نے اس کا تختہ توڑ کر شگاف کر دیا لیکن اس کے باوجود کشتی میں پانی نہ آیا۔ پھر آپ نے ایک بستی میں ایک لڑکے کو قتل کر دیا پھر آپ ایک گاؤں پہنچے وہاں کے لوگوں نے آپ کی مہمان نوازی کرنے سے انکار کر دیا۔ اس کے باوجود آپ نے وہاں ایک دیوار کی مرمت کی جو کہ گرنے کے قریب تھی۔ ان تینوں کاموں پر حضرت موسیٰ علیہ السلام نے اعتراضات کئے۔ آخر کار حضرت خضر علیہ السلام نے فرمایا کہ اب ہمیں جدا ہونا پڑے گا۔ البتہ میں آپ کو ان کاموں کا راز بتاتا ہوں جنہیں بظاہر شرع دیکھ کر آپ نے اعتراضات کئے۔ میں نے وہ کشتی میں اس لئے عیب دار کر دی کہ دریا کے پار ایک ظالم بادشاہ صحیح سلامت کشتیاں چھین لیتا تھا اس طرح ان غریبوں کی کشتی ظالم بادشاہ سے محفوظ رہ گئی۔ وہ لڑکا جسے میں نے قتل کیا' کافر تھا اور اس کے والدین مسلمان۔ مجھے ڈر تھا کہ اگر یہ زندہ رہا تو اس کے والدین اس کی محبت میں کافر نہ ہو جائیں۔ اس کے عوض اللہ تعالیٰ انہیں نیک اولاد عطا کرے گا۔

پھر آپ نے فرمایا''رہی وہ دیوار وہ شہر کے دو یتیم لڑکوں کی تھی اور اس کے نیچے ان کا خزانہ تھا اور ان کا باپ نیک آدمی تھا تو آپ کے رب نے چاہا کہ وہ دونوں اپنی جوانی کو پہنچیں اور اپنا خزانہ نکالیں' آپ کے رب کی رحمت سے' اور یہ کچھ میں نے اپنے حکم سے نہ کیا۔ یہ بھید ہے ان باتوں کا جن پر آپ سے صبر نہ ہوسکا'' (کہف ۸۲' کنز الایمان)

اس واقعہ سے مفسرین نے جو نکات اخذ کئے' ان کا خلاصہ یہ ہے کہ: ۱۔ ہر خوبی اور کمال کو محض اللہ تعالیٰ کی عطا سمجھنا چاہئے۔ ۲۔ ہر عیب کی نسبت اپنی طرف کرنی چاہئے رب تعالیٰ کی طرف نہیں۔ ۳۔ حصول

علم کے لئے سفر کرنا انبیاء کرام کی سنت ہے۔ ۴۔ کتنا ہی علم حاصل ہو جائے مزید علم کی جستجو کرنی چاہئے۔ ۵۔ اپنے سے کم مرتبہ والے سے بھی علم سیکھنے میں مضائقہ نہیں۔ ۶۔ علم سیکھنے کے لئے استاد کے پاس جانا چاہئے۔ ۷۔ کامل شیخ یا استاد کا ادب اور خدمت ضرور کرنی چاہئے۔ ۸۔ مرشد یا استاد کے افعال پر اعتراض کرنا بے ادبی ہے۔ منتظر رہے کہ وہ خود ہی اس کی حکمت ظاہر فرمائیں۔ ۹۔ مرشد کامل یا استاد پر اعتراض کرنے سے اکتساب فیض کا سلسلہ منقطع ہو جاتا ہے۔ ۱۰۔ باطنی علم کامل شیخ کی محبت اور اس کی نگاہ کیمیا گر سے حاصل ہوتا ہے۔ ۱۱۔ بعض اولیاء کرام کو لوگوں کے باطن اور ان کے انجام کی بھی خبر ہوتی ہے۔ ۱۲۔ اہل اللہ کی توجہ سے سوراخ والی کشتی بھی ڈوبنے سے بچ جاتی ہے۔ ۱۳۔ اللہ تعالیٰ بندے کی نیکی سے اس کی اولاد خاندان اور اہل محلہ کو حفاظت میں رکھتا ہے۔ ۱۴۔ تقدیر پر راضی رہنے میں ہی انسان کی بھلائی ہے۔ ۱۵۔ سورہ کہف کی آیت نمبر ۸۲ سے معلوم ہوا کہ ایک شخص کا نیک ہونا اس کی میراث کی حفاظت کا وسیلہ بن گیا۔ اگر باغ فدک حضور ﷺ کی میراث ہوتا تو یقیناً اللہ تعالیٰ اسے حقداروں تک پہنچانے کے لئے انتظام فرماتا۔ ثابت ہوا کہ باغ فدک میراث نہیں بلکہ وقف تھا۔ سورہ عنکبوت میں ارشاد ہوا "اور جنہوں نے ہماری راہ میں کوشش کی ضرور ہم انہیں اپنے راستے دکھا دیں گے اور بے شک اللہ نیکوں کے ساتھ ہے"(آیت ۶۹ ' کنزالایمان)اس آیت میں جاہدوا سے مراد مجاہدہ نفس ہے جو کہ تصوف کا اہم ترین جزو ہے کیونکہ یہ آیت مکہ میں نازل ہوئی جبکہ کافروں سے جہاد ہجرت کے بعد مدینہ طیبہ میں فرض ہوا (تفسیر صاوی) حضرت عبداللہ بن عباس رضی اللہ عنہ نے فرمایا۔ اس آیت کے معنی یہ ہیں کہ جنہوں نے ہماری راہ میں کوشش کی (یعنی مجاہدہ کیا) تو ہم انہیں ثواب کی راہ دیں گے۔ حضرت جنید بغدادی نے فرمایا' جو توبہ میں کوشش کریں گے انہیں اخلاص کی راہ دیں گے حضرت فضیل بن عیاض نے فرمایا جو طلب علم میں کوشش کریں گے۔ انہیں ہم عمل کی راہ دیں گے۔ حضرت سعد بن عبداللہ نے فرمایا جو اقامت سنت میں کوشش کریں گے ہم انہیں جنت کی راہ دکھائیں گے (تفسیر خزائن العرفان)

حضرت بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ اور علاج نفس

حضرت بایزید بسطامی رحمۃ اللہ علیہ جس راہ سے گزرتے اس راستے پر بادشاہ کی مجلس بھی آتی تھی، آپ رحمۃ اللہ علیہ وہاں سے جب گزرتے تو بادشاہ ان کے ادب واحترام میں کھڑا ہو جاتا اور سب وزراء بھی کھڑے ہو جاتے۔۔۔ بادشاہ و وزراء سلام کرتے۔۔۔ آپ رحمۃ اللہ علیہ جواب دیتے اور گزر جاتے۔۔۔ ایک دن ایسا ہوا کہ بادشاہ و وزراء آپ کے ادب میں کھڑے تھے کہ آپ رحمۃ اللہ علیہ نے اس بادشاہ کی طرف منہ کر کے تھوک دیا، آپ کے اس عمل پر بادشاہ و وزراء کو غصہ آیا اور آپ کو برا بھلا کہنے لگے۔ مریدین کو بات سمجھ نہ آئی، پریشان ہوئے۔ آگے جا کر اس عمل کے بارے پوچھا کہ آپ کے اخلاق حسنہ ہیں، آپ نے ان کی طرف منہ کر کے تھوک دیا؟ یہ امر بھی ذہن میں رہے کہ صوفیاء کی علامت یہ ہے کہ یہ اخلاق حسنہ کے پیکر ہوتے ہیں۔ اگر حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی امت میں حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے اخلاق حسنہ کا نمونہ کسی نے دیکھنا ہو تو وہ اولیاء وصوفیاء ہیں۔ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے اخلاق حسنہ کی سب سے بڑی خیرات آپ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی امت کے اہل تصوف، اولیاء و صلحاء کو ملی ہے، یہی ولایت ہے اور یہی تصوف ہے۔

مریدین کے سوال پر آپ رحمۃ اللہ علیہ نے جواب دیا کہ میں یہی چاہتا تھا۔ اس لئے کہ میں روز یہاں سے گزرتا اور وہ میرے لئے کھڑے ہوتے تھے، میں نفس میں جھانکتا تو ان کے کھڑے ہونے سے میرے نفس پر کوئی اثر نہ ہوتا تھا، مگر آج جب بادشاہ اور پورا دربار میرے ادب میں کھڑا ہوا تو میں نے دیکھا کہ میرے نفس میں تھوڑی ہلچل ہوئی ہے اور نفس کے اندر یہ خیال آیا کہ بایزید، اللہ نے تجھ پر اتنا کرم کیا ہے کہ شاہان وقت بھی تیرے اکرام میں کھڑے ہوتے ہیں، پس جونہی نفس میں یہ خیال آیا میں نے چاہا کہ نفس کا علاج یہیں اسی وقت کر دوں، کہیں بڑھ نہ جائے پس میں نے اس لئے تھوکا کہ مجھے معلوم تھا کہ جب تھوکوں گا تو وہ مجھے گالیاں دیں گے اور بیٹھ جائیں گے، جب انہوں نے برا بھلا کہا اور بیٹھ گئے میں نے نفس کو کہا کہ سن لیا یہ ہے تیرا اصل مقام، اب دیکھ وہ گالیاں دے رہے ہیں۔ مجھے تو نہ بادشاہ کے کھڑے ہونے سے کوئی غرض تھی نہ بیٹھنے سے، میں تو اپنے نفس کے حال کو درست رکھنا چاہتا تھا۔ نفس بڑا شیطان ہے۔ یہ نفس کاملہ کے درجہ پر بھی پہنچ جائے تو اپنی مکاری وعیاری سے باز نہیں آتا، تاک میں لگا رہتا ہے کہ تھوڑی سی غفلت کہیں ہو اور پھر حملہ کرے۔۔۔ اصل سرشت سے باز نہیں آتا۔ اس لئے اہل اللہ آخری مراتب پر بھی پہنچ کر نفس کا دھیان رکھتے ہیں کہ کہیں یہ ڈس نہ لے۔

اس لئے فرمایا کہ جو شخص خوف ومحبت کے ساتھ اس کے معرفت کے راستے پر چل نکلتا ہے تو وہ کامیاب ہو جاتا ہے جبکہ ہمارے ہاں تصور یہ ہے کہ "بس جی بیڑا ہی پار ہے"۔۔۔ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے غلام ہیں، میلاد شریف، گیارہویں شریف کا انعقاد کرتے ہیں۔ فلاں بزرگ سے نسبت ہے۔۔۔ فلاں کے مرید ہیں اس لئے نماز، روزہ کی خیر ہے۔۔۔ وقت مل گیا تو پڑھ لی، جی چاہا تو روزہ رکھ لیا۔۔۔ طبیعت میں آ گیا تو کسی کی کوئی ضرورت پوری کر دی۔۔۔ دیگیں پکوا دیں، عمرے اور حج پر چلے گئے۔۔۔ بس اس طرح کے آسان آسان کام کر لئے اور سوسائٹی میں حاجی صاحب، میاں جی کہلواتے رہے۔۔۔ یعنی یہ پارٹ ٹائم شریعت بھی ہم نے اپنا رکھی ہے۔ میں نے تو ساری زندگی کسی ایسے ولی کو نہیں دیکھا جس نے "ایسے ہی بیڑا پار ہونے" کی تعلیم دی ہو۔۔۔ یہ مال کمانے والے لوگ ایسے ہی بیڑے پار لگاتے ہیں کہ بس آپ ایک بار ہمارے ہاتھ میں ہاتھ دے دیں، ہماری جیب بھر دیں ان شاء اللہ بیڑا ہی پار ہے۔ افسوس! عرس میں سال میں ایک مرتبہ حاضری۔۔۔ اور پیر صاحب کو نذر نیاز دینے کو ہم نے تصوف بنا لیا۔ یہ اولیاء کی تعلیمات نہیں اور نہ یہ تصوف ہے۔ اولیاء وہ تھے جن کی زندگی کا کوئی لمحہ سنت مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے خلاف نہ تھا اور جن کی زندگی کثرت غم میں گزرتی تھی۔

اللہ تعالیٰ نے پیروں کو مریدوں کا خادم بنایا ہے

حضرت باقی باللہ فرماتے ہیں کہ: "مرید خواہ پیر سے کتنا ہی دور کیوں نہ ہو وہ (پیر) اپنے عقیدت مندوں سے کبھی غافل نہیں رہتا کیونکہ اللہ تعالیٰ نے پیروں کو مریدوں کا خادم بنایا ہے"۔۔۔ فرماتے ہیں کہ اللہ تعالیٰ نے حضرت داؤد علیہ السلام کی طرف وحی فرمائی کہ: " اے داؤد! جب تُو میرے کسی طالب کو دیکھے تو اس کا خادم بن جا"۔۔۔ (شعب الایمان، حدیث: ۹۹۵۵، دار الکتب العلمیہ، بیروت)۔۔۔ (بیعت کی تشکیل اور تربیت، صفحہ ۱۲۶)

مُلکِ شام اور حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے فرمان

اللہ کے رسول ﷺ نے قیامت کے نشانات بتلاتے ہوئے فرمایا کہ: "اُونٹوں اور بکریوں کے چرواہے جو برہنہ بدن اور ننگے پاؤں ہونگے وہ ایک دوسرے سے مقابلہ کرتے ہوئے لمبی لمبی عمارتیں بنوائیں گے اور فخر کریں گے۔۔۔" (صحیح مسلم 8)۔۔۔ ریاض شہر میں عمارتوں کا یہ مقابلہ آج اپنے عُروج پر پہنچ گیا، دبئی میں "برج خلیفہ" کی عمارت دنیا کی سب سے اُونچی عمارت بن گئی تو ساتھ ہی شہزادہ ولید بن طلال نے جدہ میں اس سے بھی بڑی عمارت بنانے کا اعلان کر دیا ہے جو دھڑا دھڑ بنتی چلی جا رہی ہے، عرب کی عمارتیں سارے جہان سے اونچی ہو چکی ہیں۔۔۔! عرض کرنے کا مقصد صرف یہ کہ میرے پیارے رسول حضرت محمد ﷺ نے جو فرمایا وہ پُورا ہو چکا ہے اور پیشگوئی پُوری ہو کر اپنے نکتہ کمال کو پہنچ چکی ہے۔۔۔! عرب کا سب سے زیادہ تیل خریداری کرنے والے امریکہ نے صدام کو ختم کر کے تیل کی دولت سے سیراب ملک عراق کے کنوؤں پر قبضہ جمالیا ہے اور لاکھوں بیرل مُفت وصول کر رہا ہے تو پھر تیل کی گرتی مانگ نے تیل کی قیمتوں کو نچلی سطح پر پہنچا دیا جس سے عرب ممالک کا سنہرا دور ختم ہونے کے قریب ہے۔۔۔ سوال پیدا ہوتا ہے اس زوال کے بعد کیا ہے۔۔۔؟ اللہ کے رسول ﷺ کی ایک اور حدیث ہے کہ: "قیامت سے پہلے سرزمین عرب دوبارہ سرسبز ہو جائیگی" (صحیح مسلم)

سعودی عرب اور امارات میں بارشیں شروع ہو چکی ہیں، مکہ اور جدہ میں سیلاب آ چکے ہیں۔۔۔ عرب سرزمین جسے پہلے ہی جدید ٹیکنالوجی کو کام میں لا کر سرسبز بنانے کی کوشش کی گئی ہے وہ قدرتی موسم کی وجہ سے بھی سرسبز بننے جا رہی ہے۔ سعودی عرب گندم میں پہلے ہی خود کفیل ہو چکا ہے، اب وہاں خشک پہاڑوں پر بارشوں کی وجہ سے سبزہ اُگنا شروع ہو چکا ہے، پہاڑ سرسبز ہونا شروع ہو گئے ہیں۔ بارشوں کی وجہ سے آخر کار حکومت کو ڈیم بنانا ہوں گے جس سے پانی کی نہریں نکلیں گی، ہریالی ہوگی، سبزہ مزید ہوگا، فصلیں لہلہائیں گی، یُوں یہ پیشگوئی بھی اپنے تکمیلی مراحل سے گزرنے جا رہی ہے اور جو میرے حضور ﷺ نے فرمایا اسے ہم اپنی آنکھوں سے دیکھتے جا رہے ہیں۔۔۔!

اگر احادیث پر غور کریں تو مشرقِ وسطیٰ کے زوال کا آغاز مُلکِ شام سے شروع ہوا لیکن شاید عرب حکمران یا تو یہود و نصاریٰ کی چال سمجھ نہ سکے یا بے رخی اختیار کی لیکن وجہ جو بھی ہو یا نہ ہو، سرکار ﷺ کی بتائی ہوئی علامات کو تو ظاہر ہونا ہی تھا حدیث کے مطابق۔۔۔! چنانچہ حدیث پاک میں ارشاد ہے۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: "جب اہلِ شام تباہی و بربادی کا شکار ہو جائیں تو پھر تم میں کوئی خیر باقی نہ رہے گی" (سنن الترمذی 2192: باب ماجاء فی الشام، حدیث صحیح)۔۔۔ میرے محترم و مکرم قارئین کرام یاد رکھیں۔۔۔! احادیث مبارکہ کی رُو سے شام و اہلِ شام سے اُمتِ مُسلمہ کا مستقبل وابستہ ہے، اگر شام ایسے ہی برباد ہوتا رہا تو پوری اُمتِ مُسلمہ کی بھی خیر نہیں، ویسے تو 90 فیصد برباد ہو چکا۔۔۔۔!

اب جبکہ پانچ سالہ خونریزی میں 8 لاکھ بے گناہ بچے، بُوڑھے، عورتیں شہید اور لاتعداد دُوسرے مُلک کی سرحدوں پر زندگی کی بھیک مانگتے ہوئے شہید ہو رہے ہیں اور اتنے ہی تعداد میں زخمی یا معذور ہو چکے، لہٰذا شام مُکمل تباہی کے بعد اب نزع کی حالت میں ہے۔۔۔! اس حدیث کے مطابق سے عرب ممالک کے سُنہرے دَور کے خاتمہ کی اہم وجہ مُلکِ شام کے موجودہ حالات ہیں، گویا نبی ﷺ کی ایک اور پیشگوئی کی علامت ظاہر ہو رہی ہے یا ہو چکی۔۔۔۔۔۔! یاد رکھیں۔۔۔! کہ مُلکِ شام کے مُتعلق اسرائیل، رُوس، ایران و امریکہ جو بھی جھوٹے بہانے بنائے لیکن ان سب کا اصل ہدف جزیرۃ العرب ہے کیونکہ کُفار کا عقیدہ ہے کہ دجّال مسیحا ہے اس وجہ سے یہ لوگ دجّال کے انتظامات مُکمل کر رہے ہیں جس کے لیے عرب ممالک میں عدمِ استحکام پیدا کرنا ہے کیونکہ مُلکِ شام پر یہود و نصاریٰ قبضہ کرنا چاہتے ہیں اور یہ ہو کر رہیگا حضرت مہدی علیہ السّلام کے ظہور سے قبل۔۔۔۔۔!

چنانچہ کتابِ فتن میں ہے کہ: "آخری زمانے میں جب مسلمان ہر طرف سے مغلوب ہو جائیں گے، مُسلسل جنگیں ہوں گی، شام میں بھی عیسائیوں کی حکومت قائم ہو جائے گی، عُلماء کرام سے سُنا کہ سعودی، مصر، ترکی بھی باقی نہ رہیگا ہر جگہ کُفار کے مظالم بڑھ جائیں گے، اُمّت آپسی خانہ جنگی کا شکار رہے گی۔ عرب (خلیجی ممالک سعودی عرب وغیرہ) میں بھی مسلمانوں کی باقاعدہ پُرشوکت حکومت نہیں رہے گی، خیبر (سعودی عرب کا چھوٹا شہر مدینۃ المنورہ سے 170 کم فاصلے پر ہے) کے قریب تک یہود و نصاریٰ پہنچ جائیں گے، اور اس جگہ تک ان کی حکومت قائم ہو جائے گی، بچے کچھے مسلمان مدینۃ المنورہ پہنچ جائیں گے، اس وقت حضرت امام مہدی علیہ السّلام مدینہ منورہ میں ہوں گے"۔۔۔ دُوسری طرف دریائے طبریہ بھی تیزی سے خشک ہو رہا ہے جو کہ مہدی علیہ السّلام کے ظہور سے قبل خشک ہوگا۔۔۔! اسلئے جب مشرقِ وسطیٰ کے حالات کو خصوصاً مُسلمانوں اور ساری دُنیا کے حالات کو دیکھتے ہیں تو صاف نظر آتا ہے کہ دُنیا ہولناکیوں کی جانب بڑھ رہی ہے، فرانس میں حملوں کے بعد فرانس اور پوپ بھی عالمی جنگ کی بات کر چکے ہیں۔ سوال پیدا ہوتا ہے اس عالمی جنگ کا مرکز کون سا خطہ ہوگا۔۔۔؟ واضح نظر آ رہا ہے، مشرقِ وسطیٰ ہی متوقع ہے۔۔۔۔!

یہاں بھی ہند و پاک کی رنجشیں اور کشمکش کے بڑھتے حالات سے بھی لگتا ہے کہ غزوۂ ہند کی طرف رُخ کر رہے ہیں کیونکہ حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: "میری قوم کا ایک لشکر وقت آخر کے نزدیک ہند پر چڑھائی کرے گا اور اللہ اس لشکر کو فتح نصیب کرے گا، یہاں تک کہ وہ ہند کے حکمرانوں کو بیڑیوں میں جکڑ کر لائیں گے۔ اللہ اس لشکر کے تمام گناہ معاف کر دے گا۔ پھر وہ لشکر واپس رُخ کرے گا اور شام میں موجود عیسیٰ ابن مریم علیہ السّلام کے ساتھ جا کر مل جائے گا"۔۔۔ حضرت ابو ہریرہؓ نے فرمایا: "اگر میں اُس وقت تک زندہ رہا تو میں اپنا سب کچھ بیچ کر بھی اُس لشکر کا حصہ بنُوں گا، اور پھر جب اللہ ہمیں فتح نصیب کرے گا تو میں ابو ہریرہ (جہنم کی آگ سے) آزاد کہلاؤں گا۔ پھر جب میں شام پہنچوں گا تو عیسیٰ ابن مریم علیہ السّلام کو تلاش کر کے انہیں بتاؤں گا کہ میں مُحمد ﷺ کا ساتھی رہا ہوں"۔۔۔ رسول پاک ﷺ نے تبسم فرمایا اور کہا: "بہت مشکل، بہت مشکل" (کتاب الفتن۔ صفحہ ۴۰۹) (واللہ تعالیٰ اعلم)

آنے والے اَدوار بڑے پُرفتن نظر آتے ہیں اور اس کے مُتعلق بھی سرکار ﷺ نے فرمایا تھا کہ میری اُمت پر ایک دَور ایسے آئیگا جس میں فتنے ایسے تیزی سے آئیں گے جیسے تسبیح ٹوٹ جانے سے تسبیح کے دانے تیزی سے زمین کی طرف آتے ہیں، لہٰذا اپنی نسلوں کی ابھی سے تربیت اور ایمان کی فکر فرمائیے، ۔۔۔ ورنہ آزمائش کا مقابلہ دُشوار ہوگا۔۔۔۔!

میں ضمانت دیتا ہوں۔۔۔قاتل کی

دونو جوان سیدنا عمر رضی اللہ عنہ کی محفل میں داخل ہوتے ہی محفل میں بیٹھے ایک شخص کے سامنے جا کر کھڑے ہو جاتے ہیں۔ اور اس کی طرف انگلی کر کے کہتے ہیں۔۔۔ یا عمرؓ یہ ہے وہ شخص؟۔۔۔ سیدنا عمرؓ ان سے پوچھتے ہیں۔۔۔ "کیا کیا ہے اس شخص نے؟"۔۔۔ "یا امیر المؤمنین، اس شخص نے ہمارے باپ کو قتل کیا ہے"۔۔۔ "کیا کہہ رہے ہو، اس نے تمہارے باپ کو قتل کیا ہے؟۔۔۔ سیدنا عمرؓ ان سے پوچھتے ہیں۔۔۔ سیدنا عمرؓ پھر اس شخص سے مخاطب ہو کر پوچھتے ہیں۔۔۔ "کیا تو نے ان کے باپ کو قتل کیا ہے؟"۔۔۔ وہ شخص کہتا ہے: "ہاں امیر المؤمنین، مجھ سے قتل ہو گیا ہے ان کا باپ"۔۔۔ "کس طرح قتل کیا ہے؟"۔۔۔ سیدنا عمرؓ پوچھتے ہیں۔۔۔ "یا عمرؓ، ان کا باپ اپنے اونٹ سمیت میرے کھیت میں داخل ہو گیا تھا، میں نے منع کیا، باز نہیں آیا تو میں نے ایک پتھر دے مارا۔ جو سیدھا اس کے سر میں لگا اور وہ موقع پر مر گیا"۔۔۔ "پھر تو قصاص دینا پڑے گا، موت ہے اس کی سزا"۔۔۔ سیدنا عمرؓ کہتے ہیں۔۔۔ نہ فیصلہ لکھنے کی ضرورت، اور فیصلہ بھی ایسا اٹل کہ جس پر کسی بحث ومباحثے کی بھی گنجائش نہیں۔ نہ ہی اس شخص سے اس کے کنبے کے بارے میں کوئی سوال کیا گیا ہے، نہ ہی یہ پوچھا گیا ہے کہ تعلق کس قدر شریف خاندان سے ہے؟ نہ ہی یہ پوچھنے کی ضرورت محسوس کی گئی ہے کہ تعلق کسی معزز قبیلے سے تو نہیں؟ معاشرے میں کیا رتبہ یا مقام ہے؟ ان سب باتوں سے بھلا سیدنا عمرؓ کو مطلب ہی کیا ہے؟؟؟ کیوں کہ معاملہ اللہ کے دین کا ہو تو عمرؓ پر کوئی بھی اثر انداز نہیں ہو سکتا اور نہ ہی کوئی اللہ کی شریعت کی تنفیذ کے معاملے پر عمرؓ کو روک سکتا ہے۔ حتی کہ سامنے عمرؓ کا اپنا بیٹا ہی کیوں نہ قاتل کی حیثیت سے آ کھڑا ہو، قصاص تو اس سے بھی لیا جائے گا۔ وہ شخص کہتا ہے۔۔۔ "اے امیر المؤمنین: اس کے نام پر جس کے حکم سے یہ زمین و آسمان قائم کھڑے ہیں۔ مجھے صحراء میں واپس اپنی بیوی بچوں کے پاس جانے دیجیے تا کہ میں ان کو بتا آؤں کہ میں قتل کر دیا جاؤں گا۔ ان کا اللہ اور میرے سوا کوئی آسرا نہیں ہے، میں اس کے بعد واپس آ جاؤں گا"۔۔۔ سیدنا عمرؓ کہتے ہیں: "کون تیری ضمانت دے گا کہ تو صحراء میں جا کر واپس بھی آ جائے گا؟"۔۔۔ مجمع پر ایک خاموشی چھا جاتی ہے۔ کوئی بھی تو ایسا نہیں ہے جو اس کا نام تک بھی جانتا ہو۔ اس کے قبیلے، خیمے یا گھر وغیرہ کے بارے میں جاننے کا معاملہ تو بعد کی بات ہے۔۔۔ کون ضمانت دے اس کی؟ کیا یہ دس درہم کے ادھار یا زمین کے ٹکڑے یا کسی اونٹ کے سودے کی ضمانت کا معاملہ ہے؟ ادھر تو ایک گردن کی ضمانت دینے کی بات ہے، جسے تلوار سے اڑا دیا جانا ہے۔۔۔ اور کوئی ایسا بھی تو نہیں ہے جو اللہ کی شریعت کی تنفیذ کے معاملے پر عمرؓ سے اعتراض کرے، یا پھر اس شخص کی سفارش کی لئے ہی کھڑا ہو جائے۔ اور کوئی ہو بھی نہیں سکتا جو سفارشی بننے کی سوچ سکے۔۔۔۔ محفل میں موجود صحابہؓ پر ایک خاموشی سی چھا گئی ہے، اس صورتحال سے خود حضرت عمرؓ بھی متاثر ہیں۔ کیوں کہ اس شخص کی حالت نے سب کو ہی حیرت میں ڈال کر رکھ دیا ہے۔ کیا اس شخص کو واقعی قصاص کے طور پر قتل کر دیا جائے اور اس کے بچے بھوکوں مرنے کے لئے چھوڑ دیئے جائیں؟ یا پھر اس کو بغیر ضمانتی کے واپس جانے دیا جائے؟ واپس نہ آیا تو مقتول کا خون رائیگاں جائے گا!۔۔۔ خود سیدنا عمرؓ سر جھکائے افسردہ بیٹھے ہیں۔ اس صورتحال پر، سر اٹھا کر التجا بھری نظروں سے نوجوانوں کی طرف دیکھتے ہیں "معاف کر دو اس شخص کو"۔۔۔ "نہیں امیر المؤمنین، جو ہمارے باپ کو قتل کرے، اس کو چھوڑ دیں، یہ تو ہو ہی نہیں سکتا"، نوجوان اپنا آخری فیصلہ بغیر کسی جھجک کے سنا دیتے ہیں۔۔۔ حضرت عمرؓ ایک بار پھر مجمع کی طرف دیکھ کر بلند آواز سے پوچھتے ہیں۔۔۔ "اے لوگو، ہے کوئی تم میں سے جو اس شخص کی ضمانت دے؟"۔۔۔ حضرت ابوذر غفاریؓ اپنے زہد وصدق سے بھرپور بڑھاپے کے ساتھ کھڑے ہو کر کہتے ہیں۔۔۔ "میں ضمانت دیتا ہوں اس شخص کی؟

سیدنا عمرؓ کہتے ہیں۔۔۔ "ابوذر، اس نے قتل کیا ہے"۔۔۔ "چاہے قتل ہی کیوں نہ کیا ہو"، ابوذرؓ اپنا اٹل فیصلہ سناتے ہیں۔۔۔ عمرؓ: "جانتے ہو اسے؟"۔۔۔ ابوذرؓ: "نہیں جانتا اسے" عمرؓ: "تو پھر کس طرح ضمانت دے رہے ہو؟"۔۔۔ ابوذرؓ: "میں نے اس کے چہرے پر مومنوں کی صفات دیکھی ہیں، اور مجھے ایسا لگتا ہے کہ یہ شخص جھوٹ نہیں بول رہا، انشاء اللہ یہ لوٹ کر واپس آ جائے گا"۔۔۔ عمرؓ: "ابوذرؓ دیکھ لو اگر یہ تین دن میں لوٹ کر نہ آیا تو مجھے تمہاری جدائی کا صدمہ دیکھنا پڑے گا"۔۔۔ امیر المؤمنین، پھر اللہ مالک ہے۔ ابوذر اپنے فیصلے پر ڈٹے ہوئے جواب دیتے ہیں"۔۔۔ سیدنا عمرؓ سے تین دن کی مہلت پا کر وہ شخص رخصت ہو جاتا ہے، کچھ ضروری تیاریوں کے لئے، بیوی بچوں کو الوداع کہنے، اپنے بعد اُن کے لئے کوئی راہ دیکھنے، اور اس کے قصاص کی ادئیگی کیلئے قتل کئے جانے کی غرض سے لوٹ کر واپس آنے کیلئے۔ اور پھر تین راتوں کے بعد، عمرؓ بھلا کیسے اس امر کو بھلا پاتے، انہوں نے تو ایک ایک لحہ گن کر کاٹا تھا، عصر کے وقت شہر میں (الصلاۃ جامعہ) کی منادی پھر جاتی ہے، نوجوان اپنے باپ کا قصاص لینے کیلئے بے چین اور لوگوں کا مجمع اللہ کی شریعت کی تنفیذ دیکھنے کے لئے جمع ہو چکا ہے۔ حضرت ابوذرؓ بھی تشریف لاتے ہیں اور آ کر حضرت عمرؓ کے سامنے بیٹھ جاتے ہیں۔۔۔ "کدھر ہے وہ آدمی؟"۔۔۔ سیدنا عمرؓ سوال کرتے ہیں۔۔۔ "مجھے کوئی پتہ نہیں ہے یا امیر المؤمنین"۔۔۔ ابوذرؓ مختصر جواب دیتے ہیں۔۔۔ ابوذرؓ آسمان کی طرف دیکھتے ہیں، جدھر سورج ڈوبنے کی جلدی میں آج معمول سے زیادہ تیزی کے ساتھ جاتا دکھائی دے رہا ہے۔۔۔ محفل میں ہو کا عالم ہے، اللہ کے سوا کوئی نہیں جانتا کہ آج کیا ہونے جا رہا ہے؟۔۔۔ یہ سچ ہے کہ ابوذرؓ سیدنا عمرؓ کے دل میں بستے ہیں، عمرؓ سے ان کے جسم کا ٹکڑا مانگیں تو عمرؓ دیر نہ کریں، کاٹ کر ابوذرؓ کے حوالے کر دیں۔ لیکن ادھر معاملہ شریعت کا ہے، اللہ کے احکامات کی بجا آوری کا ہے، کوئی کھیل تماشہ نہیں ہونے جا رہا، نہ ہی کسی کی حیثیت یا صلاحیت کی پیمائش ہو رہی ہے، حالات وواقعات کے مطابق نہیں اور نہ ہی زمان ومکان کو بیچ میں لایا جانا ہے۔ قاتل نہیں آتا تو ضامن کی گردن جاتی نظر آ رہی ہے۔

مغرب سے چند لحظات پہلے وہ شخص آ جاتا ہے۔ بے ساختہ حضرت عمرؓ کے منہ سے اللہ اکبر کی صدا نکلتی ہے، ساتھ ہی مجمع بھی اللہ اکبر کا ایک بھرپور نعرہ لگاتا ہے۔۔۔ حضرت عمرؓ اس شخص سے مخاطب ہو کر کہتے ہیں۔۔۔ "اے شخص، اگر تو لوٹ کر نہ بھی آتا تو ہم نے تیرا کیا کر لینا تھا، نہ ہی تو کوئی تیرا گھر جانتا تھا اور نہ ہی کوئی تیرا پتہ جانتا تھا"۔۔۔ "امیر المؤمنین، اللہ کی قسم، بات آپ کی نہیں ہے، بات اس ذات کی ہے جو سب ظاہر و پوشیدہ کے بارے میں جانتا ہے، دیکھ لیجئے میں آ گیا ہوں، اپنے بچوں کو پرندوں کے چوزوں کی طرح صحراء میں تنہا چھوڑ کر، جدھر نہ درخت کا سایہ ہے اور نہ ہی پانی کا نام ونشان۔ میں قتل کر دیئے جانے کیلئے حاضر ہوں۔ مجھے بس یہ ڈر تھا کہیں کوئی یہ نہ کہہ دے کہ اب لوگوں میں سے وعدوں کا ایفاء ہی اُٹھ گیا ہے"۔۔۔ سیدنا عمرؓ نے ابوذرؓ کی طرف رخ کر کے پوچھا۔۔۔ "ابوذرؓ، تو نے کس بنا پر اس کی ضمانت دے دی تھی؟"۔۔۔ ابوذرؓ نے کہا، "اے عمرؓ، مجھے اس بات کا ڈر تھا کہیں کوئی یہ نہ کہہ دے کہ اب لوگوں سے خیر ہی اٹھا لی گئی ہے"۔۔۔ سیدنا عمرؓ نے ایک لمحے کیلئے توقف کیا اور پھر ان دونوں نوجوانوں سے پوچھا۔۔۔ "کہ کیا کہتے ہو اب؟"۔۔۔ نوجوانوں نے روتے ہوئے جواب دیا "اے امیر المؤمنین، ہم اس شخص کی صداقت کی وجہ سے اسے معاف کرتے ہیں، ہمیں اس بات کا ڈر ہے کہ کہیں کوئی یہ نہ کہہ دے کہ اب لوگوں میں سے عفو اور درگزر ہی اُٹھا لیا گیا ہے"۔۔۔ سیدنا عمرؓ اللہ اکبر پکار اُٹھے اور آنسو ان کی ڈاڑھی کو تر کرتے نیچے گر رہے تھے۔۔۔ "اے نوجوانو! تمہاری عفو ودرگزر پر اللہ تمہیں جزائے خیر دے"۔۔۔ "اے ابوذرؓ! اللہ تجھے اس شخص کی مصیبت میں مدد پر جزائے خیر دے"۔ اور "اے شخص، اللہ تجھے اس وفائے عہد وصداقت پر جزائے خیر دے"۔۔۔ اور اے امیر المؤمنین، اللہ تجھے تیرے عدل ورحم دلی پر جزائے خیر دے۔۔۔ محدثین میں سے ایک یوں کہتے ہیں، "قسم ہے اس ذات کی جس کے قبضے میں میری جان ہے، اسلام اور ایمان کی سعادتیں تو عمرؓ کے کفن کے ساتھ ہی دفن ہو گئی تھیں"۔

کالا جادو۔۔۔کالے کرتوت

رشوت سے کینسر اور اولاد کی نافرمانی تک

سعید احمد ایڈووکیٹ

ہمارے معاشرے میں عدالتی نظام بہت پیچیدہ ہے۔اب کرپشن کو ختم کرنے کے لیے کافی اقدامات کئے گئے ہیں لیکن اب بھی ماتحت عدالتوں کے چھوٹے عملہ میں پیسہ لینے کی لعنت موجود ہے۔لوگ مجبور ہوتے ہیں پیسے دے کر جان چھڑاتے ہیں لیکن ہم یہ بھول جاتے ہیں کہ یہ پیسہ کسی کام نہیں آتا جو بھی اس طرح رقم لیتا ہے یا تو وہ بیماری پر خرچ ہوتا ہے یا پھر بہت بڑا نقصان ہو جاتا ہے۔یقین جانئے اس طرح کا مشکوک، حرام رزق جس کے گھر بھی گیا ہے بے برکتی بڑھی ہے اولاد نالائق ہوگئی ہے اور جس اولاد کی خاطر وہ ساری عمر ناجائز ذرائع سے دولت کماتا رہا وہی اولاد ظالم ترین ثابت ہوئی۔ کچھ عرصہ پہلے عدالت میں ایک ریڈر صاحب آئے۔موٹر سائیکل پر گھر سے آتا تھا۔عدالت سے گھر تقریباً بیس کلومیٹر دور تھا۔کاٹن کے کلف لگے کپڑے پہنتا تھا اور گرمیوں میں روزانہ نیا کلف لگا جوڑا پہن کر آتا تھا، اعلیٰ عینک لگی ہوئی تھی اور جب سیٹ پر بیٹھتا تھا تو باقی ریڈ حضرات سے تین گنا زیادہ پیسے لیتا تھا اگر کوئی 20 روپے لیتا تو یہ 60 روپے لیتا۔اگر کوئی 50 لیتا تو یہ 100 روپے سے کم نہیں لیتا تھا اور اکثر عدالت ختم ہوتے وقت کہتا تھا کہ آج اللہ نے اچھی روزی دی ہے اور میری اکثر اس بحث ہوتی تھی کہ یہ رزق حرام ہے یہ اللہ نے نہیں بھجوایا یہ حرام ہے۔یہ شیطان کا ورغلانا ہے حلال صرف وہ ہے جتنی تنخواہ ہے۔باقی جو بھی تم لیتے ہو وہ حرام ہے۔وہ کہتا کہ تنخواہ میں گزارا نہیں ہوتا۔میرے بچے اچھے اچھے سکولوں میں پڑھ رہے ہیں بہت زیادہ فیس دینا پڑتی ہے۔ اللہ نے موقع دیا ہے تو کیوں نہ فائدہ اٹھائیں، میری یہی بحث ہوتی تھی کہ اللہ کا موقع دیا ہوا نہیں ہے اور وہ صاحب دبنگ قسم کے ریڈر تھے اور اکثر اپنے صاحب سے بھی اکھڑ جاتے تھے۔بدتمیزی پر اتر آتے اور صاحب کو جان چھڑانی پڑتی تھی۔

یہ تقریباً دس پندرہ سال قبل کی بات ہے۔اس ریڈر کا تبادلہ ہوگیا اور ایک دفعہ دوسرے شہر میں ملاقات ہوئی تو وہ بتانے لگا کہ میں بہت پریشان ہوں۔اولاد بڑی ہوگئی ہے، کہنا نہیں مانتی، سامنے بولتی ہے، اور بدتمیزی کرتی ہے۔سکول والے بھی تنگ کرتے ہیں، پانچویں جماعت تک تو بڑے سکولوں کا رزلٹ درست رہا مگر اب جب بچے میٹرک میں پہنچ گئے ہیں پڑھائی میں فارغ ہوگئے ہیں۔میں نے پوچھا کہ آپ نے اپنا ریٹ کم کیا یا نہیں، ہنس کر کہنے لگا کہ ریٹ تو کم نہیں کیا، لیکن رقم لینا کم کردی ہے۔صرف موٹر سائیکل کے پٹرول اور بچوں کی فیسوں کے پیسے لیتا ہوں اور کہنے لگا کہ یہ رقم الگ رکھتا ہوں اور تنخواہ کی رقم الگ رکھتا ہوں اور آپس میں ملاتا نہیں ہوں۔میں نے پھر اسے سمجھایا کہ اب بھی وقت ہے توبہ کرلو۔بہت منت سماجت کی، کہنے لگا کہ آئندہ احتیاط کروں گا ابھی میں کمرہ عدالت میں موجود تھا کہ ایک سائل سے اُلجھنے لگا اور کہنے لگا کہ رقم دو ورنہ میں فوجداری مقدمہ میں غیر حاضری لگا دوں گا اور رقم کا مک مکا جاری تھا۔کچھ عرصہ بعد معلوم ہوا کہ اس کی ترقی ہوگئی ہے اور اسٹنٹ سپرنٹنڈنٹ بن گیا ہے مگر اس کی موٹر سائیکل پر آنے جانے کی روٹین جاری تھی۔ایک دن گرمیوں کے دنوں میں واپس گھر جا رہا تھا اس دن عینک بھول گیا تھا کہ اچانک ایک زہریلا مچھر آنکھ میں آکر لگا۔اسی وقت آنکھ میں شدید خارش شروع ہوگئی اور شدید درد ہونے لگا آنکھ کھلنا بھی مشکل ہوگئی اسی آنکھ پر ہاتھ رکھ کر بڑی مشکل سے موٹر سائیکل چلا کر گھر پہنچا اور آنکھ میں درد بڑھتا ہی گیا۔ ساری رات جاگ کر گزاری، کوئی دوائی اثر نہیں کر رہی تھی اور ایسا محسوس ہوتا تھا کہ اللہ کی ناراضگی شروع ہوگئی ہے۔شام کو اپنی بیگم کو بلا کر دکھایا کہ آنکھ میں کیا ہے؟ اس نے آنکھ میں دیکھا تو حیران ہو کر کہا کہ آنکھ میں جو قرینہ ہے وہ شدید زخمی ہے۔دوسرے دن ڈاکٹر کو دکھایا تو اس نے دو ٹیسٹ لکھ دیئے کہ فوراً یہ ٹیسٹ کرائیں۔یہ ٹیسٹ کافی مہنگے تھے۔ٹیسٹ کرائے تو کہا کہ رپورٹ تین دن بعد ملے گی۔یہ تین دن انتہائی اذیت میں گزرے۔درد کی شدت میں اضافہ ہوگیا۔تیسرے دن رپورٹ لیکر ڈاکٹر کے پاس گئے۔اس نے رپورٹ دیکھی اور ایسی خبر سنائی کہ جس نے جان ہی نکال دی۔ ڈاکٹر نے کہا کہ آنکھ میں کینسر ہوگیا ہے۔اور تیزی سے پھیل رہا ہے۔ڈاکٹر صاحب کہنے لگے کہ اس قسم کا کینسر تیزی سے پھیلتا ہے اور دماغ کا نقصان پہنچاتا ہے آپ فوراً آپریشن کرائیں اور آپریشن کے ذریعے آنکھ نکالنا پڑے گی۔اگلے دن آپریشن ہوا اور ڈاکٹر صاحب نے آنکھ نکال دی۔ایک ہفتہ ہسپتال میں رہے اور اس کے بعد گھر آگئے۔

مگر ہلکا ہلکا درد موجود رہا، ایک ماہ کے ریسٹ کے بعد دوبارہ دکھایا مگر درد موجود رہا، اسی طرح چھ ماہ گزر گئے۔محکمہ والوں نے کہا کہ چار پانچ دن بعد ڈیوٹی دوبارہ جوائن کریں اس کے بعد مزید چھٹی ملے گی جب ڈیوٹی پر آیا تو کینسر کی وجہ سے رنگ سانولا ہو گیا تھا۔جو آنکھ متاثر تھی آپریشن کی وجہ سے اس آنکھ کے اندر کچھ نہیں تھا اس میں روئی گول کر کے رکھی ہوئی تھی ویسے تو گہرے شیشوں والی عینک لگائی ہوئی تھی دستخط کرنے کے لیے عینک اتاری تو عجیب دہشت ناک چہرہ تھا۔چہرے کے ہیت ہی بدل گئی تھی جو بھی دیکھتا استغفار پڑھتا ہوا واپس آتا تھا۔مجھے دیکھ کر کہنے لگا کہ میں نے اب رشوت لینا چھوڑ دی ہے میں نے عرض کیا کہ اللہ آپ کو معاف کرے اور لوگوں سے بھی معافی مانگیں کہنے لگا کہ یہ تو بہت مشکل ہے۔ایک دن حاضری دی دوسرے دن واپس جا رہا تھا بالکل اسی جگہ دوسری آنکھ میں کیڑا لگا اور آنکھ میں درد شروع ہوگیا اور گھر پہنچتے پہنچتے آنکھ سوج گئی۔ڈاکٹر کو دکھایا تو انہوں نے کہا کہ دوسری آنکھ بھی کینسر کی طرف جا رہی ہے اور پہلی آنکھ والا کینسر بھی ختم نہیں ہوا۔اگر اسی طرح تیزی سے کینسر پھیلتا رہا تو دماغ کو نقصان پہنچا دے گا۔ایک ماہ علاج کیا، مگر درد بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی۔مجبوراً دوسری آنکھ بھی نکال دی گئی۔اب کینسر کا علاج شروع ہوگیا، شعاعیں لگنے لگیں، شکل تبدیل ہوگئی، ڈاکٹروں نے دونوں آنکھیں نکال دیں جو اس نے روپیہ جمع کیا تھا سب ختم ہوگیا اور وہ روپیہ اس کے کسی کام نہ آسکا۔اولاد پہلے ہی نالائق تھی بیماری کے دوران بالکل ہی ہاتھوں سے نکل گئی اب وہ ہر وقت گالیاں نکالتا رہتا ہے۔اللہ اس کی منزل آسان کرے۔یہ سب رزق حرام کی وجہ سے ہوا ہم بھول جاتے ہیں کہ رزق حرام کے نسلوں تک اثرات جاتے ہیں اور یہ سچی بات ہے حرام کے ذریعے اکٹھا کیا گیا پیسا کسی کام نہیں آتا۔لوگوں کی غلط فہمی ہے کہ اس طرح رقم اکٹھی کر کے نسلوں کے فائدے کے لئے جمع کرلیں گے کثرت کی بھول بھلیوں میں گم ہو جاتے ہیں اب بھی وقت ہے اللہ کی برکت کو تلاش کرلیں۔

محمد عاصم، مظفر گڑھ

فلمی رسالے اور بربادی کی کہانی

ہماری شادی کو 18 سال ہوگئے اور اللہ تعالیٰ نے ہمیں 3 بچے عطا کیے ہیں۔ اس پر اس ذات کریم کا بہت شکر گزار ہوں لیکن ایک چیز ازدواجی زندگی یعنی خوشگوار ازدواجی زندگی کی علامت ہوتی ہے وہ ناپید ہے۔ چونکہ میں فلمی رسالے دیکھا کرتا تھا جو وقت گھر والوں کو دینا چاہیے تھا وہ وقت میں ان فضولیات میں برباد کرتا رہا، یہ اخلاقی برائیاں انسان کو آہستہ آہستہ ذہنی مریض اور چڑچڑا بنا دیتی ہے یہی سب کچھ میرے ساتھ بھی ہے۔ شادی کے بعد اپنی شریک حیات سے فضول قسم کی باتیں کرتا جبکہ وہ بالکل ہی سادہ تھی پھر نتیجہ مسلسل ٹینشن ہی ٹینشن، نفسیاتی طور پر ہم ایک دوسرے سے دور ہوتے گئے یعنی ذہنی طور پر اور اپنی انا کی وجہ سے اس کو کچھ بتاتا بھی نہیں تھا کہ میں کیا چاہتا ہوں۔ دل کی بات ہمیشہ اپنے دل میں ہی رکھی اور کھلونے کی طرح اپنی خواہشات کو اس پر مسلط کرتا رہا جس کی وجہ سے میری شریک حیات مجھ سے ناگواری محسوس کرتی تھی۔ اور اسی وجہ سے ہم دونوں کو روحانی، جسمانی اور مالی نقصانات اور تکالیف اٹھانی پڑیں اس کا اندازہ آپ بخوبی لگا سکتے ہیں۔ اپنی ناسمجھی کی وجہ سے جو کام بہتری کے لیے کرتا وہ اس کے برعکس نتیجہ دیتے رہے۔ اب حال یہ ہے کہ نہ مکان رہا، نہ کوئی جمع پونجی رہی اور نہ ہی کاروبار بچا۔ الٹا لوگوں کا قرضہ بھی چڑھا ہوا ہے وہ بھی تقریباً پانچ لاکھ روپے ہے۔ اب میرا کل سرمایہ میرے بیوی بچے ہی ہیں۔ الشافیہ سے جڑنے کے بعد چند اعمال شروع کیے اور توبہ استغفار کیا تو اللہ نے راستہ دکھایا اس پر میں اس ذات کریم کا شکر گزار ہوں۔ میں اپنی گھریلو زندگی کو خوشگوار اور پرکیف بنانا چاہتا ہوں اور چاہتا ہوں کہ میری اولاد اللہ والی بنے۔ چاہتا ہوں کہ جو گناہ اور جو غلطیاں میں نے کیں ہیں ان کی سزا میری اولاد کو نہ ملے۔ میری آئندہ نسلیں آباد ہوں اور روز محشر میں اپنی اولاد پر فخر کرسکوں کہ میری اولاد اللہ اور اس کے رسول ﷺ کی نافرمان نہیں بنی۔

بڑوں سے سنتے آئے ہیں کہ جو کسی دوسرے کے لیے گڑھا کھودتا ہے وہ خود اس میں گرتا ہے کسی کا برا چاہنے والا کبھی خوش نہیں رہ سکتا لیکن یہ باتیں انسان کو اس وقت سمجھ آتی ہیں جب انسان کو ٹھوکر لگتی ہے۔ ہمارا ایک قریبی عزیز جس کی شادی اپنے ہی خاندان میں ہوئی، اللہ رب العزت کی ذات نے اسے اولاد جیسی نعمت سے نوازا، اپنا گھر، اپنا کاروبار غرض یہ کہ اللہ تعالیٰ کی دی ہوئی دنیا کی ہر نعمت اس کے پاس موجود تھی۔ زندگی کی گاڑی اپنی منزل کی جانب رواں دواں تھی۔ انسان حرص و ہوس کا دلدادہ ہے جس کا کچا مکان ہے وہ کہتا ہے میرے پاس پکا ہو جس کے پاس پکا مکان ہے وہ کہتا ہے میرے پاس کوٹھی ہو، جس کے پاس کوٹھی ہے وہ کہتا ہے میرے پاس عالیشان بنگلہ ہو۔ سائیکل والا کہتا ہے میرے پاس موٹر سائیکل ہو، موٹر سائیکل والا کہتا ہے میرے پاس کار ہو، کار والا کہتا ہے میرے پاس پجارو ہو، پجارو والا کہتا ہے اس سے اعلیٰ ماڈل کی ہو۔ غرض یہ کہ انسان کا پیٹ قبر کی مٹی ہی بھر سکتی ہے۔ اس شخص کی اپنے ہی محلہ کی ایک لڑکی سے علیک سلیک ہوگئی، **چلتے چلتے** بات شادی تک آپہنچی لیکن جب گھر کی طرف دیکھتا تو نصف درجن بچے، بیوی اس کے اخراجات گھر کا خرچ جب یہ باتیں دیکھتا تو شادی کے پروگرام میں تزلزل آجاتا۔ آخر کار اس نے اپنے ایک کزن سے مشورہ کیا جو کہ بہت ہی امیر کبیر گھرانے سے تعلق رکھتا تھا اور بہت بڑی جائیداد کا مالک تھا۔ اس کے کزن نے مشورہ دیا کہ آپ کا خاندان دوسری شادی کی مخالفت کرے گا اس لیے آپ چپکے سے جا کر کورٹ میرج کر لیں اور اس کے بعد اپنی پہلی بیوی کو طلاق دے دینا۔ اس نے اپنے کزن کے مشورے پر عمل کرتے ہوئے عدالت جا کر کورٹ میرج کر لی اور اس کورٹ میرج کا سارا خرچ اسی کزن نے کیا۔ شادی کے چند دن بعد اس نے اپنی بیوی (سابقہ) پر گھناؤنا الزام عائد کیا اور اسے طلاق دے کر اس سے بچے چھین لیے اور اسے گھر سے نکال دیا۔ **گھر سے نکلتے وقت اس کی بیوی نے جھولی اٹھا کر اپنے شوہر کو بددعا دی کہ خدا سدا تیری گود ویران رکھے گا۔ خدا تجھے اجاڑ دے گا جیسا کہ تو نے میرا گھر اجاڑا ہے۔** قبولیت کے چند لمحات ہوتے ہیں مظلوم کی بددعا ویسے بھی اللہ تعالیٰ رد نہیں فرماتے۔ اللہ نے اس مظلوم عورت کے منہ سے نکلے ہوئے الفاظ سن لیے۔ بس پھر کیا ہوا اچانک کاروبار ٹھپ ہوگیا، ہاتھ تنگ ہوگیا تو پیٹ کی آگ بجھانے کے لیے گھر کو خیر باد کہا۔ قرض لے کر دیار غیر کا ویزہ لگوایا اور غیر ملک چلا گیا۔ **معصوم** بچے جو پہلے ہی ماں کی ممتا سے محروم ہوچکے تھے اب وہ شفقت پدری سے بھی محروم ہو کر رہ گئے۔

اس کی شادی کو آج کئی سال کا عرصہ بیت چکا ہے۔ دوسری بیوی سے آج بھی وہ اولاد جیسی نعمت سے محروم ہے آج جبکہ اس کی پہلی بیوی اپنے میکے گھر میں بیٹھ کر اپنے بچوں کی جدائی پر آنسو بہا رہی ہے تو اس کی دوسری بیوی گھر میں بیٹھ کر بچوں کے نہ ہونے پر آنسو بہا رہی ہے۔ پہلی بیوی اگر اپنی اولاد اپنے پاس نہ ہونے کے غم میں پگھل رہی ہے تو دوسری بیوی اولاد نہ ہونے کے غم میں پگھل رہی ہے اور پھر صرف اسی پر بس نہیں۔ اس شخص نے اپنے جس کزن کے مشورے پر دوسری شادی کی اور پہلی بیوی کو طلاق دی۔ اس (کزن) کی ایک بہن کی شادی ایک اچھے خاصے کھاتے پیتے گھرانے میں ہوئی۔ بڑی دھوم دھام سے شادی ہوئی، لاکھوں روپے کا جہیز اس لڑکی کو دیا گیا لیکن اسکی شادی شاخ نازک پہ بنا آشیانہ ثابت ہوئی۔ شادی کے محض چند ماہ بعد لڑکی کو طلاق ہوگئی اور اس کے خاوند نے دوسری شادی کر لی اور یوں کسی کا بستا بستا گھر ویران کرنے والوں کا اپنا ہنستا بستا گھر اجڑ گیا۔ کاش! کہ ہم کسی کا برا چاہنے اور دل توڑنے سے پہلے یہ سوچ لیا کریں کہ ہمارے سینے کے اندر بھی ایک دل اور اگر کوئی ہمارا دل توڑے ہمارے ساتھ برا کرے تو ہمیں کتنی تکلیف ہوگی، کاش! کہ ہمیں یہ بات سمجھ آجائے۔

بقیہ قرآن سے جینا سیکھو

مکتبہ فکر کی بنیار رکھی تھی لیکن ان کے ساتھ ساتھ ان کا سامان تجارت بحری جہازوں پر آتا تھا، ہمارے اماموں میں بھی رئیس لوگ شامل تھے، اگر دولت نے ان لوگوں کا ایمان خراب نہیں کیا اور ہر وقت مذہب، تصوف اور یقین کی رسی پر چلتے رہتے تھے، تو ہم عالموں کو ڈرنے کی کیا ضرورت ہے؟ ہم اگر اللہ کے کرم کا شکر ادا کریں۔ دولت کے بعد عاجزی اختیار کریں اور اس دولت کو دوسروں کے خلاف اور بے جا نمود و نمائش میں خرچ نہ کریں تو یہ قطعاً بری چیز نہیں، یہ اللہ کا انعام ہے اور اللہ کی کوئی انعام برا نہیں ہوتا۔ کامیابی اور دولت دونوں ایک دوسرے کے ساتھ جڑی ہیں۔ آپ جب کسی بھی شعبے میں کامیاب ہوتے ہیں تو آپ کو دولت خود بخود مل جاتی ہے۔ دنیا کا کامیاب ترین سپورٹس مین، دنیا کا کامیاب ترین سائنسدان، دنیا کا کامیاب ترین مصور، دنیا کا کامیاب ترین عالم اور دنیا کا کامیاب ترین رائٹر آخر میں دولت مند ہو جاتا ہے۔ اگر آپ دولت کو کامیابی کے سفر سے خارج کر دیں گے تو آپ کبھی کامیاب نہیں ہوسکیں گے چنانچہ آپ دولت کو برا کہنا بند کر دیں۔

دولت ایک ہنر بھی ہے، ہم اگر دنیا کی دولت جمع کریں اور یہ دولت دنیا کے تمام لوگوں میں مساوی تقسیم کر دیں تو آپ یقین کیجیے چند ماہ بعد ان میں سے کچھ لوگ بہت غریب ہو جائیں گے، کچھ غریب، کچھ امیر اور کچھ بے انتہا امیر ہو جائیں گے اور یوں انسان ایک بار پھر عدم مساوات کا شکار ہو جائیں گے کیوں؟ کیونکہ یہ حقیقت ہے دولت کمانا ایک آرٹ ہے اور جو شخص اس آرٹ سے واقف ہو وہ بے ہنر لوگوں سے دولت دوبارہ واپس کھینچ لیتا اور آپ اگر زندگی میں کامیاب ہونا چاہتے ہیں تو جائز اور سیدھے راستے سے دولت کمائیں۔ آپ کی دنیا اور آخرت دونوں سنور جائیں گی۔

پُراسرار دُنیا کا مُسافِر

جنات کہاں رہتے ہیں؟

سمندر اور پہاڑوں کے درمیان ابومحمد عبداللہ نے روایت کیا ہے۔ہم ایک سفر میں جناب رسول اللہ کے ساتھ ایک منزل پر اُترے آپ ﷺ قضائے حاجت کے لیے تشریف لے گئے۔آپ ﷺ کی عادت شریفہ تھی کہ آپ ﷺ قضائے حاجت کے لیے بہت دور تشریف لے جایا کرتے تھے۔میں نے آپ ﷺ کی خدمت میں پانی کا برتن پیش کیا آپ ﷺ اس کو لے کر چلے۔میرے کان میں آپ ﷺ کے پاس سے چند آدمیوں کے لڑنے کی آواز آئی میں نے ایسی آواز کبھی نہیں سنی تھی۔میں نے آپ ﷺ سے دریافت کیا کہ یہ آوازیں کیسی تھیں؟ آپ ﷺ نے ارشادفرمایا مسلمان جن اور مشرک جن مسکن کے بارے میں جھگڑ رہے تھے کہ میں ان کا ٹھکانہ مقرر کر دوں تو میں نے مسلمان جنات کو آبادی اور پہاڑ بتلادیا اور مشرک جنات کو سمندر اور پہاڑوں کے درمیان کی جگہ بتلادی۔صحیح مسلم میں ہے کہ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ شیطان اپنا تخت پانی پر بچھاتا ہے۔(مراد ہے سمندر میں) اور پھر وہاں سے ہر جانب انسانوں کی گمراہی کے لیے اپنے شیطان دستے روانہ کرتا ہے۔اس کا سب سے مقرب ترین شیطان وہ ہوتا ہے جو اس کے نزدیک سب سے زیادہ فتنہ والا کام کر کے آتا ہے۔ان شیاطین میں سے کوئی آتا ہے اور کہتا ہے کہ فلاں کے ساتھ مسلسل رہا اور اس حال میں چھوڑا جب کہ وہ ایسا ایسا کہہ رہا تھا (مراد ہے ایسی باتیں کہہ رہا ہوتا تھا جس سے وہ گنہگار ہو)۔پس ابلیس کہتا ہے کہ بخدا تو نے کچھ بھی نہ کیا، پھر اس میں سے کوئی آتا ہے اور کہتا ہے کہ میں فلاں کے ساتھ مسلسل رہا اور اس وقت اسے نہ چھوڑا جب تک میاں بیوی میں جدائی نہ کرادی۔حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ پھر ابلیس اس شیطان کو اپنے قریب کرتا ہے اور قریب کرتا ہے اور کہتا ہے کہ تو بہت اچھا ہے۔

میدانوں میں جنات کے خیمے علامہ زمخشری نے ربیع الابرار میں لکھا ہے۔اہل عرب نے کہا ہے کہ اکثر ہم کو ایسا اتفاق ہوا کہ ہم کسی میدان میں اترے وہاں بہت سے خیمے اور انسانوں کو پایا پھر وہ فوراً ہی غائب ہو گئے۔اہل عرب کا خیال ہے کہ وہ جنات تھے اور یہ انہیں کے خیمے تھے۔امام مالکؒ نے روایت کیا ہے کہ ایک دفعہ حضرت عمر بن الخطابؓ نے ملک عراق جانے کا ارادہ کیا تو حضرت کعب احبارؓ نے ان کو منع کیا اور کہا کہ وہاں دس حصوں میں سے 9 حصوں میں جادو ہے اور وہاں فاسق قسم کے جنات ہیں اور وہاں سخت قسم کی بیماریاں ہیں۔

سوراخوں میں رہائش اور مغیرہ نے ابراہیم سے روایت کیا ہے کہ سوراخ میں پیشاب نہ کرو اگر کوئی گزند پہنچ گئی تو اس کا علاج دشوار ہو جائے گا۔اور ابوالحسن نے کہا کہ سوراخ کے برابر میں پیشاب کرنے میں کوئی حرج نہیں ہے۔

بیت الخلاء میں رہائش جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشادفرمایا کہ جب تم میں سے کوئی بیت الخلاء میں جائے تو یہ پڑھے۔(اللھم انی اعوذ بک من الخبث والخبائث) اے اللہ میں نے خبث اور خبائث سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں۔اور حدیث انسؓ میں صرف بسم اللہ روایت ہے۔اور حضرت انسؓ کی دوسری روایت میں یہی مذکور ہے اور ابراہیم نے کہا کہ اس کی وجہ یہ ہے کہ جنات کی نظروں کے درمیان آڑ ہو جاتی ہے، جو کوئی بیت الخلاء میں داخل ہو تو کہے (بسم اللہ)۔ترمذی نے کہا ہے کہ اس کے اسناد قوی نہیں ہیں۔صحیحین کی روایت میں ہے کہ حضرت انسؓ نے روایت کیا ہے کہ جناب رسول اکرم ﷺ بیت الخلاء میں داخل ہوتے تو فرماتے:(اللھم انی اعوذ بک من الخبث والخبائث) اے اللہ میں نے خبث اور خبائث سے آپ کی پناہ چاہتا ہوں۔ایسے ہی سعید بن منصور نے بھی اپنی سنن میں روایت کیا ہے۔وجہ اس کی یہ ہے کہ گندے اور نجس مقامات میں اکثر جنات ہوتے ہیں اور یہ مقامات ان کے مسکن ہوتے ہیں ایسے مقامات پر نماز نہ پڑھنا چاہیے۔حضرات فقہاء نے قرب نجاست کی وجہ سے منع فرمایا ہے۔لیکن صحیح یہ ہے کہ یہ مقامات مساکن شیاطین ہوتے ہیں۔(عام طور پر دیکھنے میں آیا ہے کہ عورتوں اور بچوں وغیرہ کو گندے مقامات ہی سے آسیب کا اثر ہوتا ہے)۔

قبرستانوں میں رہائش مقابر میں نماز پڑھنے کا معاملہ۔حضرات فقہاء نے وہاں بھی نماز پڑھنے سے منع کیا ہے کیوں کہ اس میں شرک سے مشابہت پائی جاتی ہے۔یہ بھی دیکھنے میں آیا ہے کہ جو لوگ غیر شرعی طور پر زاہد یا عابد بن جاتے ہیں ان کا رجحان زیادہ تر مقابر کی طرف ہوتا ہے اور وہ وہاں زیادہ رہنا پسند کرتے ہیں اور یہ بھی اتفاق ہے کہ ایسے لوگوں کو تاثیرات بھی حاصل ہوتی ہیں۔اور کشف بھی حاصل ہوتا ہے اور یہ لوگ ایسے ہی مواضع میں رہنا زیادہ پسند کرتے ہیں جو مواضع شیاطین ہوتے ہیں اور مواضع شیاطین میں نماز پڑھنے سے منع کیا گیا ہے۔مقابر کا مواضع خبائث اور شیاطین ہونا، اس وجہ سے بھی قرین قیاس ہے کہ وہ ایسے عبادت گزاروں کو شرک میں مبتلا کر دیتا ہے اور بڑی کثرت سے لوگ ان کی اتباع میں گمراہ ہو جاتے ہیں۔ایسے مواقع پر شیاطین بھی ان کو الہام کرتے ہیں اور ندائے غیبی دیتے ہیں ایسا ہی وہ کاہنوں اور اصنام پرستوں کے ساتھ کرتے ہیں۔وہ بخور دیتے ہیں لباس پہناتے ہیں بعض نجومی اس کو کواکب کی روحانیت قرار دیتے ہیں۔بعض دفعہ بہت سے حوائج پورے ہوتے ہیں اور امراض دور ہو جاتے ہیں اور ان ذرائع سے حصول مال ہوتا ہے یہ بھی شیطان کی کرشمہ سازی ہے۔ایسا شیطان بطور رشوت کرتے ہیں۔امام ابوبکرؓ نے مکائد الشیطان میں کہا ہے کہ حضرت جابرؓ نے فرمایا ہے مسلمانوں کے گھروں میں سے کوئی گھر ایسا نہیں کہ ان کے مکانات کی چھتوں میں جنات نہ ہوں جب وہ دوپہر کا کھانا کھاتے ہیں تو ان کے ساتھ کھانے میں شریک ہو جاتے ہیں اور جب رات کا کھانا کھاتے ہیں تو وہ رات کے کھانے میں اس کے ساتھ شریک ہو جاتے ہیں۔

گھروں میں جنات مسلم اور ابوداؤد نے حضرت جابرؓ سے روایت کیا ہے کہ انہوں نے جناب رسول اکرم ﷺ سے سنا ہے کہ آپ ﷺ نے ارشادفرمایا کہ تم میں سے جب کوئی گھر میں داخل ہو یا کھانا کھائے تو اللہ کا نام لے تو شیطان کہتا ہے کہ:لامبیت لکم وعشاء لکم۔تمہاری شب گزاری اور تمہارا کھانا مبارک ہو۔بخلاف اس کے جب کوئی اللہ کا نام نہ لے کر داخل ہو یا کھانا کھائے تو کہتا ہے، مبارک ہو، یعنی خوش ہوا۔اور صغار تابعین سے مروی ہے کہ ہر گھر کی چھت میں جنات ہوتے ہیں جب وہ کھانا رکھ دیتے ہیں تو وہ بھی ساتھ کھاتے ہیں۔

گھروں میں رہنے والے جنات کی شناخت جو جنات گھروں میں رہتے ہیں وہ عموماً سانپ کی شکل میں ہوتے ہیں اسی وجہ سے نبی کریم ﷺ نے ارشادفرمایا کہ مدینہ میں جنات کی ایک جماعت اسلام لے آئی ہے۔پس جب تم گھر میں سے سانپ دیکھو تو اس کو تین مرتبہ خبردار کر دو اگر وہ اس کے بعد بھی نہ بھاگے تو اس کو قتل کر دیا کرو، بس وہ شیطان ہے۔ایک صحابیؓ نے گھر کے ایک سانپ کو قتل کر دیا تھا اور یہی ان صحابی کے ہلاک ہونے کا سبب بنا۔امام مسلمؒ فرماتے ہیں کہ ابوسائب ایک مرتبہ حضرت ابوسعید خدریؓ کے پاس اُن کے گھر آئے تو انہوں نے حضرت ابوسعید خدریؓ کو نماز پڑھتے ہوئے پایا پس میں نماز ختم ہونے کے انتظار میں بیٹھ گیا جب وہ نماز ختم کر چکے تو ایک گھر کی طرف اشارہ کیا کہ کیا تم یہ گھر دیکھ رہے ہو میں نے کہا ہاں تو حضرت ابوسعید خدریؓ نے کہا اس گھر میں ایک نوجوان تھا جس کی نئی نئی شادی تھی اور ہم لوگ جنگ خندق میں تھے۔تو اس نوجوان نے حضور اکرم ﷺ سے گھر جانے کی اجازت مانگی تو حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ اپنے ہتھیار بھی ساتھ لے جاؤ، تمہیں بنی قریظہ سے خطرہ ہو سکتا ہے اس نوجوان نے اپنے ہتھیار لیے اور گھر کی طرف چل دیا جب وہ اپنے گھر کے دروازے کے قریب پہنچا تو اپنی بیوی کو دروازے پر کھڑا پایا اس نے اپنے نیزے کو بیوی کے بدن میں چبھونا چاہا اس غیرت کی وجہ نئی نئی دلہن ہے اور دروازے پر کھڑی ہے اس نے بیوی سے کہا کہ نیزے کو روکو اور گھر میں جا کر دیکھو کہ میں کیوں دروازے پر کھڑی ہوں پس وہ نوجوان گھر میں داخل ہوا تو اس نے ایک سانپ بستر پر پڑا ہوا پایا۔اس جوان نے اس سانپ کو اپنے نیزے میں پرو لیا اور پھر اس نے نیزے کو دیوار میں گاڑ دیا۔بس سانپ نے تڑپ کر اس جوان پر حرکت کی پھر اس بات کا پتہ نہ چل سکا کہ سانپ پہلے مرا یا یہ نوجوان پہلے۔پھر ہم حضور اکرم ﷺ کے پاس آئے اور نوجوان کا ذکر کیا اور ہم نے حضور اکرم ﷺ سے کہا اللہ سے دعا کیجیے کہ وہ زندہ ہو جائے تو حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ اپنے صاحب کے لیے استغفار پڑھو پھر حضور اکرم ﷺ نے فرمایا کہ مدینہ میں جنات اسلام لے آئے ہیں۔جب تم ان میں سے کچھ دیکھو تو اس کو تین مرتبہ خبردار کرو اگر تین مرتبہ کے بعد نظر آتا ہے تو اس کو قتل کر دو بس

بیشک وہ شیطان ہے۔ (صحیح مسلم وعالم الجن والشیاطین)

گھر کے سانپ مارنے کے بارے میں ہدایات: 1۔حدیث پاک میں خبردار کرنے کے بعد جو قتل کا حکم آیا ہے وہ سانپ کے لیے خاص ہے سانپ کے علاوہ بچھو، کھٹمل یا اور تکلیف دہ جانوروں کو خبردار کئے بغیر قتل کیا جا سکتا ہے۔ 2۔اور یہ خبردار کرنے والی بات بھی گھر میں سانپوں کے لیے ہے گھر کے باہر ہر سانپ کو بغیر خبردار کئے قتل کیا جا سکتا ہے۔ 3۔جب گھر میں سانپ نظر آئے تو اس کو اس طرح خبردار کرنا چاہیے اے سانپ میں تمہارے اللہ کی قسم کھا کر کہتا ہوں تم اس گھر سے چلے جاؤ اور شر کو ہم سے دور لے جاؤ نہ ہم تجھے قتل کر دیں گے اگر تین مرتبہ کے بعد بھی نظر آئے تو اس کو قتل کر دو۔ 4۔تین مرتبہ خبردار کرنے کی وجہ یہ ہے اگر وہ مسلمان جن ہے تو گھر سے چلا جائے گا اور اگر حقیقت میں سانپ ہے تو قتل کا مستحق ہے اور اگر کافر جن تین مرتبہ تنبیہ کے بعد بھی نہیں جاتا ہے تو وہ بھی قتل کا مستحق ہے۔اس لیے کہ ان نے گھر والوں کو ڈرا کر تکلیف پہنچائی ہے۔ 5۔اور جو سانپ دم کٹا ہو یا اس کی دم چھوٹی ہو اور اس کی پیٹھ پر دو سفید لکیر ہوں تو اس کو بھی بغیر تنبیہ کے قتل کیا جا سکتا ہے اس لیے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا گھر کے سانپوں کو بغیر تنبیہ کے قتل مت کرو مگر جو دم کٹا ہو یا اس کی دم چھوٹی ہو اور پیٹھ پر دو سفید لکیریں ہوں تو اس کو فوراً قتل کر دو اس لیے کہ وہ حمل کو گرا دیتا ہے اور آنکھوں کی روشنی کو ختم کر دیتا ہے اور کبھی کبھی جنات کسی خالی مکان یا آباد مکان کو بھی اپنا بسیرا بنا لیتے ہیں اور طرح طرح کی شکلوں میں آ کر گھر والوں کو ڈراتے اور تکلیف پہنچاتے ہیں اور اپنی حرکات وسکنات سے گھر والوں کو خوف زدہ کرتے رہتے ہیں اور کبھی انسان کو ہلاک بھی کر دیتے ہیں ابن عقیل نے فنون میں بیان کیا ہے بغداد میں ایک گھر تھا جو بھی اس گھر میں رہتا صبح کو مرا ہوا پایا جاتا ایک مرتبہ ایک حافظ عالم باعمل نے اس کو کرایہ پر لے لیا جب صبح ہوئی تو ہم نے اس حافظ کو صحیح سلامت پایا پڑوسیوں کو بہت تعجب ہوا اور اس حافظ سے رات کے حالات پوچھے اس حافظ نے کہا جب میں نے عشاء کی نماز پڑھ لی اور میں نے کچھ قرآن پڑھا تو ایک جوان کنوئیں میں سے اوپر چڑھا اور اس نے مجھے سلام کیا پس مجھے ڈر لگا تو اس جوان نے کہا، ڈرو نہیں مجھے قرآن سکھاؤ پس میرا خوف ختم ہو گیا۔ پھر اس حافظ نے جوان سے کہا کہ اس گھر کے بارے میں لوگوں نے بڑی ڈراونی باتیں بتائی ہیں تو اس جوان نے کہا ہم مسلمان جنات ہیں ہم جنات ان کا گلا گھونٹ دیتے تھے اس حافظ نے جوان جن سے کہا کہ رات میں مجھے تم سے ڈر لگتا ہے تم دن میں آیا کرو اس جوان جن نے کہا ٹھیک ہے میں دن میں آیا کروں گا اور وہ جن دن میں کنوئیں میں سے چڑھ کر اس حافظ کے پاس آتا تھا۔

گھر سے جنات بھگانے کا طریقہ: جب یہ یقین ہو جائے کہ اس گھر میں جنات رہتے ہیں تو ایک آدمی اپنے ساتھ دو تین شخصوں کو اور لے جائے اور اس گھر میں پہنچ کر یہ کہے میں تم کو قسم دے کر وہ عہد یاد دلاتا ہوں جو تم سے حضرت سلیمان نے لیا تھا لہٰذا تم اس گھر کو چھوڑ کر نکل جاؤ اور اس گھر سے چلے جاؤ اور اس گھر والوں کو تکلیف مت پہنچاؤ اس بات کو تین دن تک دہرایا جائے اور اس کے بعد بھی جن گھر سے نہ نکلیں تو ایک برتن میں پانی منگا کر اس میں انگلی ڈال کر منہ کے قریب کر کے یہ دعا پڑھے۔ بسم اللہ امسینا باللہ الذی لیس منہ شیء ممتنع و بعزۃ اللہ التی لاترام ولا تضام و سلطان اللہ المنیع تحتجب وباسمائہ الحسنی کلھا عائذ من الابالسۃ ومن شر شیاطین الانس والجن ومن کل معلن او مسر ومن شر مایخرج باللیل ویکمن بالنھار ویکمن باللیل ویخرج بالنھار وشر ما خلق وذرا وبرا ومن شر ابلیس وجنودہ ومن شر کل دآبۃ انت اخذ بناصیتھا ان ربی علی صراط مستقیم اعوذ بما استعاذ بہ ابراھیم و موسی ؑ و عیسی ؑ و محمد ﷺ ومن شر ما خلق وذرا وبرا ومن شر ابلیس وجنودہ ومن شر ماینبغی اعوذ باللہ السمیع العلیم من الشیطن الرجیم بسم اللہ الرحمن الرحیم والصافات صفا ۔ سے شروع کر کے الامن خطف الخطفۃ فاتبعہ شھاب ثاقب تک پڑھے اور پانی پر پھونک مار کر مکان کے چاروں طرف چھڑک دے ان شاء اللہ جنات نکل جائیں گے اور اس عمل میں دعا کے وقت اخلاص نیت کے ساتھ اللہ سے مدد طلب کرے بیشک اللہ ہر چیز پر قادر ہے۔

انسان کے ساتھ رہنے والے جن: امام مسلم نے حضرت عائشہؓ سے روایت کیا ہے کہ انہوں نے فرمایا کہ ایک رات آپ ﷺ میرے پاس سے باہر تشریف لے گئے میں ڈری پھر فوراً ہی واپس آ گئے اور مجھے دیکھ کر فرمایا، عائشہ! کیا تم کو غیرت معلوم ہوئی، میں نے کہا آپ ﷺ جیسے پر کیوں نہ غیرت کروں، فرمایا تجھ کو شیطان نے پکڑ لیا ہے۔ بولیں، کیا میرے ساتھ بھی شیطان ہے، فرمایا، ہاں! اور ہر انسان کے ساتھ شیطان ہے۔ بولیں، آپ ﷺ کے ساتھ بھی، فرمایا: ہاں میرے ساتھ بھی لیکن اللہ نے اس کے مقابلے میں مدد فرمائی ہے۔ حتی کہ، وہ مسلمان ہو گیا ہے۔ وکن ازواجی عونا لی وکن شیطان ادم کافرا وزوجتہ عونا علی خطیئتہ: اور میری ازواج میری مددگار ہیں اور آدم کا شیطان کافر تھا اور ان کی بیوی ان کی مددگار خطا پر تھی۔ اس بارے میں جناب حضرت محمد ﷺ کی تخصیص ہے۔

تعداد جنات: حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت کیا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے چار قسم کی مخلوق پیدا کی ہیں۔ فرشتے، شیاطین، جنات اور انسان۔ پھر ان سب کے دس حصے کئے، 9 حصے فرشتے، ایک حصہ شیاطین، جنات اور انسان پھر ان تین کے دس حصے کئے ہیں۔ پس 9 حصے ان میں سے شیاطین اور ایک حصے میں جن اور انسان پھر ان کے بھی دس حصے کئے ان میں سے 9 حصے جنات اور ایک حصہ انسان، میں کہتا ہوں کہ اس طرح ہر انسان کی نسبت بقیہ مخلوق میں ایک اور ہزار کی ہے۔ اور جنات ہزار میں 9۔ اور شیاطین ہزار میں نوے اور فرشتے ہزار میں نو سو۔ اس سے ثابت ہے کہ بدی کرنے والے انسان کو نو جنات کی تائید حاصل ہوتی ہے جب کہ نیکی کرنے والے انسان کو نوے فرشتوں کی تائید حاصل ہوتی ہے۔

کیا جنوں کی آبادی ہمارے وسائل کو متاثر کرتی ہے؟: بے شک جنوں کی تعداد انسانوں سے کہیں زیادہ ہے جیسا کہ روایات میں ثابت ہے پھر بھی ان کے وجود سے انسانوں کو زمین کی تنگی کا اندیشہ نہیں ہے۔ اسی طرح جب ان کو ہماری طرح کا جسم نہیں دیا گیا جس کے کچھ حصہ کا چھپانا فرض ہو۔ اور جس کو موسم کے اثرات سے بچانے کے لیے کپڑوں سے بند کرنا ضروری ہو تو ان کو ہمارے کپڑوں میں سے کسی کپڑے کی بھی ضرورت نہ رہے گی ان کے وجود سے ہمارے لیے لباس کی تنگی کا بھی اندیشہ نہیں چاہیے ان کی تعداد کچھ بھی ہو جائے۔ جنوں کی غذا کی بات تو گزر چکی اور سمجھ میں یہ آیا کہ وہ براہ راست ہماری غذا نہیں کھاتے بلکہ وہ بھی ہماری غذا کی برکت کھا جاتے ہیں۔ اور عموماً ہڈی، لید اور گوبر وغیرہ سے وہ مادہ کھاتے ہیں جو ان چیزوں میں موجود ہوتا ہے اور جن جیسی ناری مخلوق کو تقویت دیتا ہے۔ لہٰذا ان کی جو بھی تعداد ہو ان کے وجود سے ہمارا غذائی مسئلہ بھی متاثر ہونے والا نہیں اور جب وہ براہ راست مادی غذا نہیں کھاتے اور محسوس جسم نہیں رکھتے تو ان کو فضلات کے اخراج یعنی مادی پاخانہ پیشاب خارج کرنے کی ضرورت نہیں۔ لہٰذا ان کو بیت الخلاء اور پیشاب گھروں کے لیے مخصوص جگہوں کی ضرورت نہیں۔ ہم میں اور مسلم جنوں کے عقائد میں تو فرق نہیں ہو سکتا، لیکن جسم کے فرق کے سبب احکام ان کے بالکل جدا ہوں گے، ان کی عبادت، ان کے معاملات، ان کے معاشرتی مسائل وغیرہ بالکل کسی اور نوعیت کے ہوں گے۔ جن سے ہم بے خبر ہیں، ہو سکتا ہے کہ ان کی عبادت انفرادی ہو، ان کی نماز فکر و مراقبہ جیسی ہو اور ان کو عبادت گاہوں کی ضرورت ہی نہ ہو، یا پھر اگر ضرورت ہو تو ہماری عبادت گاہوں میں وہ بھی عبادت کر لیتے ہیں اور اگر ان کو علیحدہ عبادت گاہوں کی ضرورت ہو گی تو یہ بات ضرور ہو گی کہ ان کی غیر مرئی عبادت گاہیں ایسی جگہ ہوں گی جہاں نہ انسان کا گزر ہو نہ حیوان کا تا کہ انکی عبادات میں خلل نہ پڑے لیکن اس ساری باتوں کی کوئی دلیل نہیں۔ صرف اندازہ سے قیاسی طور پر کہی جا رہی ہیں، اس غیر مرئی مخلوق کے بارہ میں صحیح بات وہی ہو سکتی ہے۔ جو بذریعہ وحی معلوم ہوئی ہو یعنی کتاب وسنت میں موجود ہو، صحیح مسلم کی حدیث گزر چکی جس سے ثابت ہوا کہ ابلیس کا تخت سمندر پر بچھتا ہے اور اس کی شیطانی لشکر اس کے ساتھ ہوتا ہے۔ لہٰذا یہ بات واضح طور پر معلوم ہوئی کہ جنوں کی بڑی تعداد سمندر پر رہتی ہے۔

بار بار غسل سے نجات

میرے ایک دوست کو پچھلے کئی سالوں سے مسئلہ تھا کہ وہ جب فجر کی نماز کے بعد سوتا تو ہر دوسرے دن غسل کی حاجت پیش آ جاتی اس نے کافی علاج کروایا مگر افاقہ نہ ہوا میں نے "الشافیہ" میں یا حفیظ یا السلام والا عمل پڑھا تھا اسکو بتایا کہ تم رات سونے سے پہلے وضو کیا کرو اور پھر 11 مرتبہ یا حفیظ یا السلام پڑھ کر سویا کرو احتلام نہیں ہو گا۔ آج دو ہفتے ہو گئے ہیں وہ یہ عمل باقاعدگی سے کر رہا ہے اور الحمد اللہ ایک بار بھی اُسے غسل کی حاجت نہیں ہوئی۔ عمران۔ حافظ آباد۔

جنات کا دیا کباب کھایا اور زندگی برباد

وہ ایک سرد دن تھا، غالباً جنوری، فروری کا مہینہ تھا۔ موسم ابر آلود ہو رہا تھا۔ کبھی ہلکی اور کبھی تیز بارش شروع ہو جاتی تھی اور سردی کی شدت میں مزید اضافہ ہو جاتا تھا۔ کچے راستوں میں بارش کی وجہ سے جا بجا پانی کھڑا تھا اور کیچڑ کی وجہ سے پھسلن بھی زیادہ تھی۔ لوگ دکانوں میں آگ جلائے سردی سے بچنے کی کوشش کر رہے تھے اور میں اس وقت اپنے ایک دوست کے گھر جا رہا تھا اس کے گھر کے راستے میں ایک قبرستان پڑتا تھا اس قبرستان سے ہو کر اس کے گھر جایا جاتا تھا۔ اس وقت دوپہر کے غالباً تین یا چار بج رہے تھے دوست کے گھر پہنچا تو وہ گھر ہی میں مل گیا۔ جب میں دوست کے گھر سے واپسی کے لیے نکلا تو شام کے سائے گہرے ہو رہے تھے۔ میں قبرستان کے گیٹ پر پہنچنے والا تھا بیس قدم فاصلہ باقی تھا کہ اچانک کسی نے مجھے پکارا۔ اس وقت قبرستان میں بہت کم لوگ تھے جو گھر جا رہے تھے ان میں دو بوڑھے آدمی بھی تھے جو مجھ سے چند قدم کے فاصلے پر تھے میں نے ان کی طرف دیکھا شائد وہ کچھ پوچھ رہے ہوں؟ وہ میری طرف متوجہ نہ تھے۔ میں پھر چلنے لگا تو دوبارہ مجھے کسی نے پکارا۔ میں نے پیچھے مڑ کر دیکھا تو ان بوڑھے افراد میں سے ایک نے مجھے قبرستان کی طرف اشارہ کر کے کہا وہاں سے ایک آدمی آپ کو بلا رہا ہے۔ میں سوچنے لگا نجانے کون ہے، مجھے کیوں بلا رہا ہے؟ شائد کوئی پتہ وغیرہ یا کوئی بات پوچھ رہا ہو۔ میں اس آدمی کے پاس پہنچ گیا، عمر اندازاً چالیس، پچاس سال کے درمیان تھی اور وہ قبرستان کے ایک ویران سے گوشے میں دو انتہائی بوسیدہ اور پرانی قبروں کے پاس بیٹھا تھا۔ انہی قبروں کے اردگرد بڑے اور پرانے درخت بھی تھے، کچھ درخت سوکھے ہوئے بھی تھے اس جگہ کا عجیب ماحول تھا۔ عجیب سی ویرانی اور وحشت سی محسوس ہو رہی تھی اس جگہ پر وہ آدمی جس کی عجیب سی شکل وصورت تھی لمبا سا قد تھا۔ اس وقت وہ شائد کچھ پڑھ کر فارغ ہوا تھا اور ایک سوکھے درخت کے ساتھ کچھ باندھ رہا تھا۔ پھر وہ میری طرف متوجہ ہوا اور کہنے لگا میں نے ہی بلایا ہے اور ایک شاپر کھولا جس میں گرما گرم کباب تھے۔ ایک کباب اس آدمی نے مجھے دیا اور کہنے لگا کہ ہم نے شرط جیتی ہے۔ یہ اس کے ہیں نجانے کیوں وہ شخص مجھے جھوٹا لگا۔ اس کی باتوں پر مجھے یقین نہ آیا۔ ایک کباب اس آدمی نے مجھے دیا اور باقی کا کہا کہ یہ کباب ان بزرگوں کو دینا۔ باقی کباب میں نے ان بزرگوں کو دے دیئے جو جانے ہی والے تھے اور جب میں قبرستان سے نکلنے لگا تو اندھیرا پھیلنے لگا تھا۔ اس کباب کو کھانے کا میرا دل بالکل نہیں کر رہا تھا۔ اور انتہائی بدذائقہ تھا۔ ایسا بدذائقہ کباب میں نے کبھی نہ کھایا تھا۔ وہاں سے میں گھر لوٹ گیا۔ اس دن میری عجیب سی حالت تھی پیاس بھی اچانک زیادہ لگنے لگی، زیادہ پانی پینے کی وجہ سے پیشاب بھی زیادہ آنے لگا اس لیے بار بار لیٹرین جانا پڑتا۔

اس واقعے سے پہلے کبھی مجھے خوفناک، ڈراؤنے خواب نہیں آئے تھے۔ آتے تو صرف اچھے خواب آتے تھے، مردے اور قبرستان تو کبھی خواب میں مجھے دکھائی ہی نہیں دیئے۔ مگر اس رات جب میں سویا تو مجھے خواب میں مرے لوگ دکھائی دیئے اور گھڑی پر وقت دیکھا تو صبح کے تین بج رہے تھے اور پھر نیند تو جیسے فوت ہو گئی تھی، اس طرح مجھے اپنے محلے کے مردہ لوگ دکھائی دینے لگے جن سے میری کوئی جان پہچان نہیں اور وہ میرے پیچھے دوڑتے کبھی خواب میں لاوارث لاشیں اور قتل کیے ہوئے لوگ دیکھتا جن کی لاش کے اردگرد پولیس، فوج کھڑے تفتیش کر رہے ہوتے اور لاش سے بدبو کے بھبکے اٹھتے کبھی، گلی سڑی لاشیں دیکھتا اور کبھی میں کسی کو قتل کرتا دکھائی دیتا، کبھی کوئی مجھے قتل کرتا اور جب میں جاگتا تو ایسا محسوس ہوتا جیسے میری چارپائی سے باقاعدہ کوئی ٹکریں مار رہا ہو۔ اس کے بعد کئی ماہ تک مجھے ایسے خواب آتے رہے اس قسم کے واقعات پیش آتے رہے۔ اس کے بعد میری یہ حالت ہو گئی کہ میرا پورا بدن ٹوٹتا رہتا ہر وقت جسم کھچا، تنا شدید ہوتا تھا کہ مجھے ہوش ہی نہ رہتی، نیند، بھوک سب اڑ گیا تھا۔ نہ صحیح سے نیند کر پاتا نہ کھا سکتا۔ پہلے پیاس شدید لگتی تھی اس کے بعد پیاس بالکل ہی نا لگتی۔ ان سب بیماریوں نے مجھے بہت کمزور کر دیا تھا، میں ہڈیوں کا پنجر بن گیا تھا، ڈاکٹروں، حکیموں کے چکر لگا لگا کر تھک گیا تھا، گھر میں سب بہت پریشان تھے اس سے پہلے میں اتنا بیمار کبھی نہ ہوا تھا۔ یہ کیسی بیماری تھی جو ختم ہونے کا نام ہی نہیں لے رہی تھی۔ ہر وقت بے ہوشی سی طاری رہتی تھی کچھ بھی سمجھ میں نہیں آ رہا تھا۔ میری صحت اس قدر گر چکی تھی کہ کوئی اپنا مجھے پہچان نہیں سکتا تھا۔ میرے دادا عملیات میں بھی تھوڑی بہت مہارت رکھتے تھے۔ انہوں نے مجھ سے پوچھا کہ بیمار ہونے سے پہلے تم کسی سے ملے یا کچھ لے کر کھایا تھا۔ اس وقت مجھے وہ قبرستان والا واقعہ یاد آ گیا۔ جو میں سارا دادا جان کو بتا دیا۔ انہوں نے مجھے کہا یہ سب اس کی نحوست اور گندے اثرات ہیں۔ پھر انہوں نے مجھے ایک پاؤ کلونجی پر کچھ دم کر کے اسے ایک طریقے سے استعمال کرنے کو کہا، اور وہ کلونجی میں نے استعمال کرنا شروع کر دی۔ یقین جانیے! وہ کلونجی جونہی استعمال کرنا شروع کی میری حالت سنبھلنا شروع ہو گئی ایک ماہ میں ہی اللہ کے حکم سے میں بالکل ٹھیک ہو گیا۔ محمد فاروق۔ سکھر۔

جادو یا بیماری۔۔۔ تشخیص خود کریں

جب کسی کو قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ کی ہدایات اور اس کے آخری پیغمبر حضور اکرم ﷺ کی تا قیامت رہنے والی ہدایات کی طرف متوجہ کیا جاتا ہے تو وہ حیران ہو جاتا ہے کہ یہ کیسے ہو سکتا ہے؟ کہ صرف قرآن مجید کی آیات پڑھنے اور دم کرنے سے ہی بغیر رقم خرچ کیے آرام آ جائے۔ صرف اس میں آپ کو کچھ وقت پانچ وقت کی نماز اور وظائف کو دینا پڑیگا بشرطیکہ رزق حرام، ذخیرہ اندوزی، رشوت اور نشہ آور اشیاء سے پرہیز کرنا ہے۔ یہ سبق چودہ سو سال سے پڑھایا جا رہا ہے آخر کیسے آرام نہ ہو؟ اللہ تعالیٰ نے پانچ نمازیں فرض کی ہیں تندرست ہوں یا بیمار، کھڑے ہو کر بیٹھ کر لیٹ کر اشاروں سے نماز لازمی پڑھیں۔ پانچ وقت کی نماز اور وظائف کی ادائیگی ایسا علاج ہے کہ ثواب کا ثواب اور علاج کا علاج۔

قرآنی وظائف حاضر ہیں: میں چند سورتوں کا نام درج کر رہا ہوں جو کہ آیت الکرسی، سورۃ فاتحہ، سورۃ نصر، سورۃ کوثر، سورۃ اخلاص، سورۃ قریش ہیں یہ وظائف قدرت الٰہی سے وقتاً فوقتاً عطا ہوئے جو میں اپنے مرشد کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں۔ ان سورتوں میں سے کسی ایک سورت کو لے لیں اور یقین کامل کے ساتھ عمل کریں گے تو انشاء اللہ تعالیٰ آپ اس کے فوائد سے بھی مستفید ہوں گے۔ اول چالیس دن تک روزانہ ایک تسبیح معہ بسم اللہ اور درود شریف نماز والا اول آخر سات بار۔ کوئی بھی ایک سورت، نماز عشاء کے بعد ایک جگہ اور مخصوص کردہ لباس میں چاند کی پہلی جمعرات سے شروع کریں۔ چالیس دن کے بعد عمل آپ کے ہاتھ میں ہو گا بعد ازاں کسی بھی وقت دن میں ایک دفعہ تسبیح کر لیا کریں تا کہ عمل آپ کے ہاتھ میں رہے زیادہ محنت نہیں اللہ تعالیٰ کی ذات بھی خوش ہو گی اور ثواب کا ثواب، چاہے آپ ایک ہاتھ سے گنیں یا ایک صاف کاغذ لیکر ایک تا دس علیحدہ علیحدہ اعداد لکھیں کسی کے دانت، کان، جوڑوں کے درد، بلڈ پریشر ہو زیادہ یا کم کچھ مریضوں کے سر میں اتنا شدید درد ہوتا ہے ناقابل برداشت ہو جاتا ہے۔ مریض سے کہیں کہ درد والی جگہ پر ہاتھ رکھیں اور اسے پہلے کہہ دیں کہ میں جب اشارہ کروں تو ہاتھ اٹھا لے میں نے پھونک مارنی ہے اس کے بعد مریض درد والی جگہ پر ہاتھ رکھ لے۔ پہلے درود شریف نماز والا تین دفعہ پڑھ کر ایک عدد کو کاٹیں اور سورۃ ایک بار پڑھ کر پھونک ماریں۔ اس طرح جو عدد کاٹیں گے اتنی ہی بار صرف سورۃ مع تسمیہ پڑھ کر پھونک مارے جائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ چند پھونکوں سے درد بالکل ختم ہو جائے اور مریض سے پوچھتے جائیں کہ درد ختم ہوا ہے یا نہیں۔ آخر میں تین دفعہ درود شریف پڑھ کر خود پر پھونک ماریں مریض سے کوئی رقم نہیں لینی البتہ باہر وہ کسی مانگنے والا کو پانچ دس روپے صدقہ ضرور دے۔

بخار، پیٹ درد، بلڈ پریشر والے کو اول و آخر سات بار درود شریف ایک بار سورۃ مع تسمیہ پانی پر پڑھ کر پھونک مار کر پلا دے۔ انشاء اللہ تعالیٰ بخار، پیٹ درد، بلڈ پریشر ختم ہوئے گا۔ جانئے جادو ہے یا بیماری: اسی طرح کسی مریض کی تشخیص کرنی مطلوب ہو کہ اسے کیا مرض ہے تو اس کی قمیض جو کہ سلکی نہ ہو اور استعمال شدہ یعنی دھونے والی ہو۔ قمیض کو اول کندھے کی سلائی سے لے کر نیچے گھیرے تک ایک فیتہ سے ناپ کر لکھ لیں پھر اول و آخر درود شریف معہ مندرجہ ذیل بالا سورتوں میں سے کوئی بھی ایک سورت جو کہ آپ کے عمل میں ہے سات بار پڑھ کر تین پھونکیں قمیض پر ماریں اور دوبارہ اسی قمیض کا ناپ لیں اگر بڑھ جائے تو جنات، اور اگر کم ہو جائے تو تعویزات کا اثر اور اگر برابر رہے تو بیماری ہے۔ تینوں صورتوں میں اسی سورت کا تعویذ بنا کر اول و آخر سات مرتبہ درود شریف ایک بار سورت مع تسمیہ پڑھ کر اس تعویذ پر اور پانی کی ایک بوتل پر دم کر دیں۔ اللہ تعالیٰ بہتر کرے گا۔ مندرجہ ذیل بالا سورتیں میں تو ساری پڑھتا ہوں آپ اپنی ہمت سے پڑھ سکتے ہیں تو پڑھیں وگرنہ ایک سورت پڑھیں۔ کسی اجازت یا پرہیز کی ضرورت نہیں۔ پرہیز صرف رزق حرام، کالا دھندا ذخیرہ اندوزی، رشوت اور نشہ آور اشیاء سے ہے۔ ضرورت صرف یقین کامل کی ہے اور اس پر عمل کرنے کی ہے۔ یہ وظائف بارہا کے آزمائے ہوئے ہیں۔ (اجازت عام ہے)۔

مچھلی کا پیٹ اور قرآن کی حقانیت

جناب انتظام الدین شہابی کی کتاب (جغرافیہ قرآن) میں مسلم راجپوت گزٹ 1928 کے حوالے سے لکھا ہے کہ ڈاکٹر امروز جان ولسن کوئرکالج آکسفورڈ نے حضرت یونسؑ کے مچھلی کے پیٹ میں زندہ رہنے کے بارے میں ایک مقالہ بیالوجیکل سٹڈی میں تحریر کیا ہے جس میں وہ لکھتے ہیں کہ مچھلی کے پیٹ میں سانس لینے کے لیے کافی آکسیجن ہوتی ہے۔ 1890ء میں ایک جہاز فاک لینڈ کے قریب وہیل مچھلی کا شکار کر رہا تھا اس کا ایک شکاری جیمس سمندر میں گر گیا اور وہیل مچھلی نے اسے نگل لیا، بڑی کوشش کے بعد دو دن بعد یہ مچھلی پکڑ لی گئی جب اس کا پیٹ چاک کیا گیا تو شکاری زندہ نکلا۔ 1958ء ستارہ مشق نامی جہاز فاک لینڈ میں وہیل مچھلیوں کا شکار کر رہا تھا بارکلے نامی ملاح سمندر میں گرا جسے ایک مچھلی نے نگل لیا۔ اتفاق سے وہ مچھلی پکڑ لی گئی۔ پورا عملہ اسے کلہاڑیوں سے کاٹنے لگا۔ دوسرے دن بھی یہ کام مسلسل جاری تھا کہ مردہ مچھلی کے پیٹ میں حرکت محسوس کی گئی۔ انہوں نے سمجھا کہ کوئی زندہ مچھلی نگلی ہوگی۔ پیٹ چیرا تو ان کا دوست بارکلے نکلا جو چربی اور تیل میں لتھڑا ہوا تھا۔ بے ہوش بارکلے دو ہفتوں کے علاج سے ہوش میں آیا اور صحت یاب ہو گیا تو اس نے اپنی آپ بیتی سنائی۔ کہ جب میں سمندر میں گرا تو میں نے پانی میں ایک شدید سرسراہٹ محسوس کی جو کہ ایک وہیل مچھلی کی دم سے پیدا ہو رہی تھی اور میں بے اختیار اس کی دم کی طرف کھنچا چلا جا رہا تھا۔ اچانک مجھے تہ در تہ تاریکی نے اپنی لپیٹ میں لے لیا اب میں نے اپنے آپ کو ایک تنگ مگر نرم راستے سے گزرتا ہوا محسوس کیا یہاں حد درجہ پھسلن تھی کچھ دیر بعد محسوس کیا کہ میں ایک وسیع تر جگہ میں ہوں ارد گرد نرم و گداز چکنی دیواریں کھڑی تھیں۔ جنہیں میں نے ہاتھ سے چھوا۔ اب حقیقت کھلی کہ میں وہیل مچھلی کے پیٹ میں ہوں۔ میں موت کو لبیک کہنے کو تیار ہونے لگا۔ یہاں روشنی بالکل نہیں تھی، البتہ سانس لے سکتا تھا۔ آہستہ آہستہ کمزور ہوتا چلا گیا۔ اور اپنے آپ کو بیمار محسوس کرنے لگا۔ میرے بیماری ماحول کی خاموشی تھی۔ اس کے بعد کیا ہوا کچھ معلوم نہیں اب جو میں نے آنکھیں کھولیں تو اپنے آپ کو جہاز کے کپتان کے کمرے میں پایا۔۔۔۔ یہ خبر اخبارات میں شائع ہوئی تو علم اور سائنس کی دنیا میں تہلکہ مچ گیا کئی ڈرامہ نگاروں نے انٹرویوز کیے۔ ایک مشہور سائنسی جرنل کے ایڈیٹر نے کہا میں تسلیم کرتا ہوں کہ حضرت یونسؑ کے متعلق آسمانی کتابوں میں جو واقعہ بیان کیا گیا ہے وہ حرف بہ حرف صحیح ہے۔ اس میں شک کرنا ایک زندہ حقیقت کو جھٹلانے کے برابر ہے۔ 1992ء میں آسٹریلیا کا ماہی گیر ٹورانے کاٹسن وہیل مچھلی کے پیٹ میں آٹھ گھنٹے رہنے کے بعد معجزانہ طور پر بچ گیا۔ وہ بحر ہند میں ایک چھوٹے ٹرالر پر مچھلیاں پکڑ رہا تھا کہ سمندر کی بڑی لہر اس ٹرالر کو بہا لے گئی۔ وہ کئی گھنٹوں تک بے رحم لہروں کے چنگل سے آزاد ہونے کے لیے ہاتھ پاؤں مارتا رہا لیکن ساحل تک نہ پہنچ سکا۔ دن کی روشنی تاریکی میں بدل گئی اور اسے ایسا لگا کہ اسے کبھی روشنی دیکھنا نصیب نہیں ہوگی۔ اسی اثنا میں اس نے خود کو ایک بھنور میں گرفتار پایا اسے ایسا لگا جیسے دو تین شارک مچھلیاں اس کی طرف بڑھ رہی ہیں لیکن جلد ہی اسے معلوم ہو گیا کہ وہ ایک بہت بڑی وہیل مچھلی کی زد میں ہے جو منہ کھولے اس کی طرف بڑھ رہی ہے وہیل نے جلد ہی اسے اپنے منہ میں دبا لیا لیکن یہ اس کی خوش قسمتی تھی کہ وہ جبڑوں میں ہی چمٹا رہا۔ مچھلی کے مضبوط جبڑے اسے معدے میں پہنچانے کی کوشش کرتے رہے لیکن وہ برابر اس کے خلاف مزاحمت کرتا رہا۔ یہی وجہ تھی کہ اسے آکسیجن مل رہی تھی اور وہ زندہ رہا۔ مچھلی کے جبڑوں میں آٹھ گھنٹے گزرے تھے کہ ٹورانسے نے خود کو آسٹریلیا میں آگسا کے ساحل پر پایا۔ دراصل مچھلی اسے نگلنے کی کوشش کرتی رہی مگر جب اسے ناکامی کا سامنا کرنا پڑا تو اس نے خود ہی ٹورانسے کو ساحل پر اگل دیا۔ اس طرح اسے دوبارہ زندگی مل گئی۔ قرآن پاک کی تین سورتوں میں حضرت یونسؑ کو مچھلی کے نگل لینے کا واقعہ آیا ہے بعض حضرات کو شائد اس پر شک گزرے کہ کوئی شخص مچھلی کے پیٹ کے اندر کیسے زندہ رہ سکتا ہے لیکن یہ حقیقت ہے کہ آج کئی سو سال بعد سائنس نے اتنی بڑی مچھلی کے موجود ہونے کی تصدیق کر دی ہے اور کئی تحقیقاتی اداروں نے اتنی بڑی مچھلیوں کا اپنی آنکھوں سے مشاہدہ کیا ہے۔

جادو سے نجات کے لئے خضری عمل

لَآاِلٰہَ اِلَّااللّٰہُ اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَ بَارِک عَلٰی سَیِّدِنَا وَ مَوْ لَا نَا شَافِ۔ 7 بار

1۔ سورۃ الفاتحہ۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ اَلْحَمْدُ لِلّٰہِ رَبِّ الْعٰلَمِیْنَ۝ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۝ مٰلِکِ یَوْمِ الدِّیْنِ۝ اِیَّاکَ نَعْبُدُ وَ اِیَّاکَ نَسْتَعِیْنُ۝ اِھْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِیْمَ۝ صِرَاطَ الَّذِیْنَ اَنْعَمْتَ عَلَیْھِمْ۬ غَیْرِ الْمَغْضُوْبِ عَلَیْھِمْ وَ لَا الضَّآلِّیْنَ۝۔ 7 بار

2۔ آیت الکرسی۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ اَللّٰہُ لَآ اِلٰہَ اِلَّا ھُوَ اَلْحَیُّ الْقَیُّوْمُ لَا تَاْخُذُہٗ سِنَۃٌ وَّلَا نَوْمٌ لَہٗ مَا فِی السَّمٰوٰتِ وَ مَا فِی الْاَرْضِ مَنْ ذَا الَّذِیْ یَشْفَعُ عِنْدَہٗٓ اِلَّا بِاِذْنِہٖ یَعْلَمُ مَا بَیْنَ اَیْدِیْھِمْ وَ مَا خَلْفَھُمْ وَ لَا یُحِیْطُوْنَ بِشَیْءٍ مِّنْ عِلْمِہٖٓ اِلَّا بِمَا شَآءَ وَسِعَ کُرْسِیُّہُ السَّمٰوٰتِ وَ الْاَرْضَ وَ لَا یَئُوْدُہٗ حِفْظُھُمَا وَ ھُوَ الْعَلِیُّ الْعَظِیْمُ۝ 7 بار

3۔ سورۃ الکافرون۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ قُلْ یٰٓاَیُّھَا الْکٰفِرُوْنَ۝ لَآ اَعْبُدُ مَا تَعْبُدُوْنَ۝ وَ لَآ اَنْتُمْ عٰبِدُوْنَ مَآ اَعْبُدُ۝ وَ لَآ اَنَا عَابِدٌ مَّا عَبَدْتُّمْ۝ وَ لَآ اَنْتُمْ عٰبِدُوْنَ مَآ اَعْبُدُ۝ لَکُمْ دِیْنُکُمْ وَ لِیَ دِیْنِ۝ 7 بار

4۔ سورۃ الاخلاص۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ قُلْ ھُوَ اللّٰہُ اَحَدٌ۝ اَللّٰہُ الصَّمَدُ۝ لَمْ یَلِدْ وَ لَمْ یُوْلَدْ۝ وَ لَمْ یَکُنْ لَّہٗ کُفُوًا اَحَدٌ۝ 7 بار

5۔ سورۃ الفلق۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ۝ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ۝ وَ مِنْ شَرِّ غَاسِقٍ اِذَا وَقَبَ۝ وَ مِنْ شَرِّ النَّفّٰثٰتِ فِی الْعُقَدِ۝ وَ مِنْ شَرِّ حَاسِدٍ اِذَا حَسَدَ۝ 7 بار

6۔ سورۃ الناس۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ۔ قُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ النَّاسِ۝ مَلِکِ النَّاسِ۝ اِلٰہِ النَّاسِ۝ مِنْ شَرِّ الْوَسْوَاسِ الْخَنَّاسِ۝ الَّذِیْ یُوَسْوِسُ فِیْ صُدُوْرِ النَّاسِ۝ مِنَ الْجِنَّۃِ وَ النَّاسِ۝ 7 بار

7۔ سُبْحَانَ اللّٰہِ وَالْحَمْدُ لِلّٰہِ وَلَآ اِلٰہَ اِلَّا اللّٰہُ وَاللّٰہُ اَکْبَرُ ط 7 بار

لَآاِلٰہَ اِلَّااللّٰہُ اَللّٰھُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ وَ بَارِک عَلٰی سَیِّدِنَا وَ مَوْ لَا نَا شَافِ۔ 7 بار

اس عمل کو ہر نماز کے بعد دہرائیں اور پڑھ کر ایک بڑی پانی کی بوتل پر دم کریں۔ یہی پانی آپ کھانا کھاتے وقت استعمال کریں، دوائی لیتے وقت استعمال کریں، نہاتے وقت کچھ پانی بالٹی میں ڈال کر استعمال کریں۔ یہ عمل آپ 90 دن بلا ناغہ کریں۔ انشاللہ 90 دن کے اندر تمام اثرات ختم ہو جائیں گے۔ (نہاتے وقت پانی زمین پر نہ گرے ٹب یا بالٹی رکھ لیں)

خضری عمل ہر مرض کے لئے شفاء

حضرت عمر بن الخطابؓ سے مروی ہے کہ آنحضرتؐ نے ارشاد فرمایا کہ جس نے بارش کا پانی اور ایک روایت میں آیا ہے کہ سیواتی (سیواتی سے مراد شبنم ہے) کا پانی لیا اور اس پر سورۃ فاتحہ (الحمد)، آیت الکرسی، قل ھو اللہ احد، سورۃ فلق، سورۃ ناس ہر ایک کو ستر ستر دفعہ پڑھ کر دم کیا تو اس ذات کی قسم جس کے ہاتھ میں میری جان ہے کہ جبرائیلؑ میرے پاس آئے اور مجھے خبر دی کہ جو شخص اس پانی کو سات دن تک صبح کے وقت پیئے گا۔ اللہ تعالیٰ اس کے پینے والے کے بدن سے ہر بیماری کو دور کر دے گا اور اس بیماری سے اسے صحت بخشے گا اور اس کی رگوں، گوشت، ہڈیوں اور تمام بدن سے اس بیماری کو دور کر دے گا۔

(خذینۃ الابرار)

تبلیغ دین اور اس کے اصول (حصہ دوئم)

دعوت کے چند زریں اصول ایک داعی میں مندرجہ ذیل اوصاف ہونا ضروری ہیں۔ اگر ان باتوں کو مدنظر رکھتے ہوئے دعوت کا کام کیا جائے گا تو ان شاء اللہ کامیابی حاصل ہوگی۔

۱۔ نیت کی درستگی ہر داعی کو یہ معلوم رہنا چاہیے کہ اعمال کا دارو مدار نیت پر ہے اگر نیت صحیح ہوگی اور خالص اللہ کی رضامندی کے لئے کوئی عمل ہوگا تو من جانب اللہ کامیابی بھی ملے گی اور اللہ کی نصرت شامل حال رہے گی اور اسی عمل پر اللہ کی طرف سے اجر کا وعدہ ہے اس لیے دعوت وتبلیغ کا کام کرنے والے کیلیے سب سے پہلے نیت کا خالص ہونا ضروری ہے، اگر دنیاوی مقاصد مال، متاع یا شہرت حاصل کرنا مقصود ہو تو پھر دنیا اور آخرت میں ناکامی کے سوا کچھ بھی حاصل نہ ہوگا، یاد رہے نام ونمود والا کام زیادہ دن نہیں چلا کرتا اور بہت جلد ضائع ہو جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے دنیا میں بھی شرمندگی اٹھانی پڑتی ہے اور آخرت کی ذلت ورسوائی وہ الگ ہے۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد گرامی ہے:- وَمَآ اُمِرُوْٓا اِلَّا لِيَعْبُدُوا اللّٰهَ مُخْلِصِيْنَ لَهُ الدِّيْنَ (سورہ بینہ:۵) اور ان کو حکم تو یہی ہوا تھا کہ اخلاص عمل کے ساتھ خدا کی عبادت کریں۔ إنَّما الأَعمالُ بالنِّيَّات وإنَّما لكُلِّ امرئٍ مَا نَوى فمن كانَتْ هجرَتُهُ إلَى الله ورَسُولِهِ فهجرته إلى الله ورسوله. ومن كانَت هجرَتُه لدُنيا يُصيبُها. أو امرأةٍ يَنكحُها فهجرَتُهُ إلى ما هَاجر إليهِ (متَّفقٌ عَلَيه) حضرت عمر بن خطاب رضی اللہ عنہ بیان فرماتے ہیں کہ حضور اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا: اعمال کا دارو مدار نیتوں پر ہے اور آدمی کو وہی کچھ ملتا ہے۔ جس کی اس نے نیت کی۔ جس کی ہجرت اپنی نیت کے اعتبار سے اللہ اور اس کی رسول کی طرف ہوگی تو [اجر اور قبولیت کے اعتبار سے بھی] اللہ اور اس کے رسول کے لئے ہوگی اور جس کی ہجرت دنیا یا کسی عورت سے نکاح کی غرض سے ہوگی تو اس کی ہجرت اسی طرف ہوگی جس کی اس نے نیت کی۔ (بخاری۔مسلم)

اور اگر عمل میں اخلاص نہیں محض دنیاوی منفعت اور شہرت مقصود ہے تو اس بارے میں۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا ہے: مَنْ كَانَ يُرِيْدُ الْحَيٰوةَ الدُّنْيَا وَزِيْنَتَهَا نُوَفِّ اِلَيْهِمْ اَعْمَالَهُمْ فِيْهَا وَهُمْ فِيْهَا لَا يُبْخَسُوْنَ [۱۱:۱۵] جو لوگ دنیا کی زندگی اور اس کی زیب وزینت کے طالب ہوں ہم ان کے اعمال کا بدلہ انہیں دنیا میں ہی دے دیتے ہیں اور اس میں ان کی حق تلفی نہیں کی جاتی۔

۲۔ اخلاص کی اہمیت عن ابی امامة قال جاء رجل الی رسول الله ﷺ فقال ارايت رجلا غزا يلتمس الاجر والذكر. ماله؟ قال لا شئ له. ثم قال ان الله عز وجل لايقبل من العمل الا ما كان له خالصا وابتغى واجهه (ابوداؤد، نسائی)۔ حضرت ابوامامہ رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں ایک آدمی رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس آیا اس نے دریافت کیا ''ایک آدمی جہاد کرتا ہے آخرت میں اجر پانے کے لیے اور دنیا میں شہرت پانے کے لیے تو کیا اس کو ثواب ملے گا؟'' تو آپ ﷺ فرمایا ''اس کو کچھ نہیں ملے گا''۔ سائل نے اس بات کو تین دفعہ دہرایا، آپ ﷺ نے اس کو ہر مرتبہ یہی جواب مرحمت فرمایا۔ آخر میں آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا ''اللہ تعالیٰ صرف اسی عمل کو قبول فرماتا ہے جو صرف اللہ کی خوشنودی کے لیے کیا گیا ہو، اسی کی خوشنودی اس عمل کا محرک ہوگی۔

ایک داعی کے لیے لازم ہے کہ وہ علم کی دولت سے بھی آراستہ ہو، اس لیے کہ عمل کی تکمیل کا انحصار علم پر ہے، جتنا علم میں رسوخ ہوگا اتنا ہی عمل بھی کامل ہوگا، اسی کے بارے میں اللہ تعالیٰ نے فرمایا:- وَالرّٰسِخُوْنَ فِي الْعِلْمِ يَقُوْلُوْنَ اٰمَنَّا بِهٖ ۙ كُلٌّ مِّنْ عِنْدِ رَبِّنَا ۚ وَمَا يَذَّكَّرُ اِلَّآ اُولُوا الْاَلْبَابِ ۝ (آل عمران:۷)۔ اور جو لوگ علم میں دست گاہ کامل رکھتے ہیں وہ یہ کہتے ہیں کہ ہم ان پر ایمان لائے یہ سب ہمارے پروردگار کی طرف سے ہیں اور نصیحت تو عقل مند ہی قبول کرتے ہیں۔

اس لیے ایک داعی کے لیے ضروری ہے کہ اس کو رسوخ فی العلم بھی حاصل ہو کیونکہ اگر علم کے بغیر دعوت دی جائے تو وہ زیادہ مفید نہیں ہوتی اور بعض اوقات بجائے فائدہ کے نقصان ہی ہو جاتا ہے، اور مخاطب پر بھی غلط پیغام پہنچتا ہے اور اسلامی تعلیمات سے بدظن ہو جاتا ہے، پھر اس کی اصلاح کرنا مشکل ہو جاتی ہے۔ اس جگہ مجھے اپنے والد محترم حضرت مفتی عزیز الرحمٰن صاحب نور اللہ مرقدہ کی ایک بات یاد آ رہی ہے وہ فرمایا کرتے تھے'' جو دعوت بغیر علم کے دی جاتی بعض مرتبہ داعی اور مدعا علیہ (مخاطب) دونوں کے لیے گمراہی کا سبب بن جاتی ہے'' چنانچہ علم کی فضیلت وبرتری کا اندازہ اس بات سے لگایا جا سکتا ہے کہ اللہ تعالیٰ نے آپ ﷺ کو دعوت کے اہم فریضہ پہلے سے اقراء کا ہی حکم فرمایا، اللہ تعالیٰ نے فرمایا: اِقْرَاْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِيْ خَلَقَ ۝ [۹۶:۱] (اے محمد ﷺ) اپنے پروردگار کا نام لے کر پڑھو جس نے (عالم کو) پیدا کیا۔

علم کے ساتھ عمل بھی ہو تو اس کی برکت اور اثر کچھ اور ہی ہوتا ہے، اور مخاطب پر اس کا اچھا اثر پڑتا ہے، اور دعوت بھی جلد قبول کر لیتا ہے۔ چنانچہ تبلیغ ودعوت کا کام کرنے والے کے لیے ضروری ہے کہ وہ اپنی دعوت کا اول مخاطب اپنے آپ کو سمجھے اور دوسروں کو کہنے سے پہلے خود اس پر عمل پیرا ہو، کیونکہ قول وفعل میں تضاد کی وجہ سے دعوت کمزور پڑ جاتی ہے اور مخاطب اثر قبول نہیں کرتا، چنانچہ اللہ تعالیٰ نے فرمایا: اَتَاْمُرُوْنَ النَّاسَ بِالْبِرِّ وَتَنْسَوْنَ اَنْفُسَكُمْ (البقرۃ:۴۴) کیا تم لوگوں کو نیکی کا حکم دیتے ہو اور اپنے آپ کو بھلا دیتے ہو۔

۳۔ اخلاقی شائستگی ایک داعی کیلیے ضروری ہے کہ وہ اپنے اندر اخلاق کریمانہ اور اخلاق حسنہ پیدا کرے کیوں کہ، انبیاء کرام علیہم السلام کے اخلاق حسنہ کی وجہ سے ہی لوگ ان کی دعوت سے متاثر ہو کر ایمان قبول کر لیا کرتے تھے، اور یہی وجہ تھی کہ مخالفین شدید مخالفت کے باوجود ان کی بات سننے پر مجبور ہوتے تھے۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا: اَكْمَلُ الْمُؤْمِنِيْنَ اِيْمَاناً اَحْسَنُهُمْ خُلُقاً۔ (سنن ابی داؤد) مومنوں میں سے کامل ترین ایمان والا وہ ہے جس کا اخلاق سب سے اعلیٰ ہو۔

اچھے اخلاق کے بغیر تو دنیاوی کاروبار بھی نہیں چل سکتے چہ جائے کہ دعوت وتبلیغ کا عظیم کام دعوت وتبلیغ میں حکمت عملی اپنانا ضروری ہے۔ جس طرح اللہ تعالیٰ نے فرمایا: (اُدْعُ اِلٰى سَبِيْلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ

وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ ۔)(النحل: (۱۲۵)(اے پیغمبر) لوگوں کو دانش اور نیک نصیحت سے اپنے پروردگار کے راستے کی طرف بلاؤ۔ اور بہت ہی اچھے طریقے سے ان سے مناظرہ کرو۔۔۔۔ اس آیت کریمہ میں دو بنیادی چیزوں کا حکم دیا گیا ہے۔ حکمت ودانائی کے ساتھ اگر دعوت دی جائے تو وہ زود اثر ہوتی ہے۔ ایک داعی کے لیے ضروری ہے کہ اس کا نظریہ اور اس کا اپنا موقف انتہائی سنجیدہ، باوقار اور مدلل ہو، اور لب ولہجہ بھی مشفقانہ اور ہمدردانہ ہو، اور مخاطب بھی اس کا اثر محسوس کرے اس طریقہ سے بات دل میں جلد اتر جاتی ہے، اور وہ یہ سمجھنے لگتا ہے، کہ ناصح مجھے حقیر نہیں سمجھتا یا وہ مجھے اپنی برتری یا بلندی جتلانا نہیں چاہتا بلکہ وہ میری اصلاح کیلئے مخلص ہے۔ یادر ہے حکمت کا مطلب یہ بھی نہیں کہ اپنے موقف کو ہی تبدیل کر دیا جائے، یا خود کو فائق پوزیشن میں لے آئے کہ جس سے دعوت کا اصل مقصد ہی فراموش ہو جائے۔ یہ طریقہ دعوت کے منافی ہے۔ اس دعوت کو اخلاص والی دعوت نہیں کہیں گے۔ بلکہ اللہ سے دعا کرتے ہوئے اپنا موقف اپنے مخاطب کو پیش کرنا چاہئے۔ پھر اس میں اللہ کی نصرت بھی شامل ہو جائے گی، اور پھر ان شاء اللہ مخاطب کے دل میں بھی بات اثر کرے گی۔

ایک داعی کے لیے ضروری ہے کہ لب ولہجہ میں نرمی ہو جس کو قرآن نے ''قول لین'' کہا ہے (یعنی نرم گفتگو کرنا) اللہ تعالیٰ نے حضرت موسیٰ وہارون علیہما السلام کو حکم دیا کہ فرعون کو دعوت دو اور تاکید فرمائی کہ نرم لہجہ اختیار کریں۔ اللہ تعالیٰ نے فرمایا. فَقُوْلَا لَهٗ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهٗ يَتَذَكَّرُ اَوْ يَخْشٰى ۝ اور اس سے نرمی سے بات کرنا شاید وہ غور کرے یا ڈر جائے۔۔۔ اور سورۃ النازعات میں قول لین کی وضاحت فرمائی: فَقُلْ هَلْ لَّكَ اِلٰٓى اَنْ تَزَكّٰى ۝ وَاَهْدِيَكَ اِلٰى رَبِّكَ فَتَخْشٰى ۝ اور (اس سے) کہو کہ کیا تو چاہتا ہے کہ پاک ہو جائے؟ اور میں تجھے تیرے پروردگار کا رستہ بتاؤں تا کہ تجھ کو خوف (پیدا) ہو۔

ایک داعی کے لئے یہ بھی ضروری ہے کہ دعوت مخاطب کے حالات کو مدنظر رکھتے ہوئے اور موقع محل کے موافق دیجائے، جس طرح سے ایک ماہر حکیم یا ڈاکٹر مریض کے حالات کو مدنظر رکھتے ہوئے مرض کی تشخیص کرتا ہے اور پھر دوا تجویز کرتا ہے، یہ نہیں کہ ایک ہی نسخہ یا دوا سب مریضوں کو دینا شروع کر دے نہیں بلکہ وہ مریض کی تمام کیفیات کو سامنے رکھتے ہوئے دوا تجویز کرتا ہے، اسی طرح دعوت بھی مخاطب کے مزاج اور اطوار کے لحاظ سے دینی چاہیے۔ یہ دھیان رہے کہ ہمارا مخاطب کون ہے، قوم کا سردار ہے، آفیسر ہے، حاکم ہے۔ غریب ہے، امیر ہے بوڑھا ہے جوان ہے، یا بچہ غرض کہ مخاطب کو ذہن میں رکھ کر کلام کرنا چاہئے اور دعوت دینی چاہئے۔ جس طرح رسول اللہ ﷺ نے سیدنا معاذ رضی اللہ عنہ کو یمن کا گورنر بنا کر بھیجتے وقت نصیحت فرمائی'' انک ستأتی قوما أہل کتاب لیعرف حالہم ویستعد لہم '''' وہ اہل مکہ کی طرح جاہل نہیں ہیں ان کے حالات معلوم کرنے چاہیے اور ان کیلئے تیاری کرنی چاہیے''۔ دعوت میں آسانی ہونی چاہیے۔

جمع الفوائد میں ہے، نبی کریم ﷺ نے حضرت معاذؓ اور ابوموسیٰ اشعریؓ کو یمن بھیجتے وقت یہ نصیحت فرمائی۔ ''يَسِّرَا وَلَا تُعَسِّرَا، وَقَرِّبَا وَلَا تُنَفِّرَا ''''تم دونوں (دین کو) لوگوں کے لیے آسان بنانا مشکل نہ بنانا لوگوں کو دین کے قریب لانا، ایسا نہ کرنا کہ لوگ دین سے بدک جائیں، دور بھاگیں۔

ایک مبلغ کو یہ بات بھی مدنظر رکھنی چاہیے کہ اپنے مخاطب کو دعوت بتدریج پیش کرے، یک بارگی تمام دعوت پیش نہ کرے۔ بلکہ ابتداً اسلام کے اہم وبنیادی مسائل کی طرف توجہ دلائے، مثلاً اگر کوئی دین سے بہت دور ہو تو اسے دین کے قریب کرنے کی کوشش کرے، لیکن اگر کوئی دین سے تو قریب ہے مگر عمل میں کوتاہی کرتا ہے، تو اس کو عملی طور پر میدان میں اترنے کی ترغیب دے، اور اگر عملی طور پر کاربند تو ہے لیکن آگے دعوت پہنچانے میں کوتاہی اور سستی کر رہا ہے تو پہلے اسکو سستی اور غفلت کے نقصانات سے آگاہ اور پھر اس کو دعوت دینے کی طرف راغب کرے۔ اس طرح سے منزل بمنزل سلسلہ وار دعوت کے کام کو بڑھایا جائے۔ اور راتوں کو اللہ تعالیٰ سے دعاء مانگے، کیونکہ بغیر اللہ تعالیٰ کی نصرت اور مدد کے کامیابی ملنا ناممکن ہے۔

۴۔ استقامت: داعی کے لیے یہ بھی لازم ہے کہ اپنے کام میں تسلسل اور استقامت پیدا کرے، اس وجہ سے کہ کوئی بھی کام استقامت اور دوام کو چاہتا ہے، چاہے کام تھوڑا ہو لیکن اس میں تسلسل اور دوام ہونا چاہیے، ایسا نہیں کہ کبھی کر لیا اور کبھی چھوڑ دیا، یادر ہے تھوڑا تھوڑا عمل زیادہ پائیدار اور مفید ہوتا ہے، کوئی بھی کام صبر واستقامت واستقلال کے بغیر پایہ تکمیل تک نہیں پہنچ سکتا۔ خصوصاً دین کا کام تو اس کے بغیر ممکن ہی نہیں، اس لئے داعی کو چاہیے کہ اپنی دعوت پر ہونے والے اعتراضات اور دعوت کے دوران پیش آمدہ مصائب پر صبر کرتے ہوئے، صبر واستقلال سے کام جاری رکھے، اسے منقطع نہ ہونے دے اور نہ ہی اکتاہٹ محسوس کرے، مخالفین کی مخالفت کے باوجود ہمت اور جواں مردی سے کام کرتا رہے، یادر ہے اگر کوئی داعی لوگوں کی طعن وتشنیع سن کر ہمت ہار کر بیٹھ جاتا ہے یہ اس کے حق میں برا ہوگا کیونکہ یہ ایسا ہی ہے کہ گویا اس نے باطل کو غالب اور حق کو مغلوب ہونے میں تعاون کیا اور عند اللہ یہ امر گرفت کا باعث بن سکتا ہے۔ اللہ تعالیٰ حفاظت فرمائے۔

۵۔ نفس کا محاسبہ ایک داعی کے لیے یہ بھی ضروری ہے کہ وہ اپنے تمام اعمال کا اور اپنے نفس کا محاسبہ کرتا رہے اس وجہ سے کہ شیطان ایک داعی کا قدم قدم پر دشمن ہوتا ہے، اور وہ بہت خفیہ طریقہ سے اس پر حملہ آور ہوتا ہے، اس لیے جب بھی فرصت ملے اس کو اپنے نفس کا محاسبہ کرنا چاہیے، اگر کوئی کام غلط ہو گیا ہو تو اس پر استغفار پڑھنا چاہیے اور نیک کام پر اللہ شکر کرنا چاہیے اور نیکی کی نسبت اللہ ہی کی طرف کرنی چاہیے اور برائی کی نسبت اپنی طرف کرنی چاہئے اس طرح سے کام میں نورانیت پیدا ہوگی اور کلام میں بھی تاثیر پیدا ہوگی۔

محاسبۂ نفس کے بارے میں اللہ تعالیٰ نے حکم دیا ہے: يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوا اتَّقُوا اللّٰهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۚ وَاتَّقُوا اللّٰهَ ۭ اِنَّ اللّٰهَ خَبِيْرٌۢ بِمَا تَعْمَلُوْنَ ۝ [۵۹:۱۸]۔ اے ایمان والوں! خدا سے ڈرتے رہو اور ہر شخص کو دیکھنا چاہئے کہ اس نے کل (یعنی فردائے قیامت) کے لئے کیا (سامان) بھیجا ہے اور (ہم پھر کہتے ہیں کہ) خدا سے ڈرتے رہو بے شک خدا تمہارے سب اعمال سے خبردار ہے۔۔۔۔ نفس کے احوال وکیفیات اور روحانی خطرات کی ہمہ وقت نگرانی کرنا محاسبہ نفس ہے۔ حضور علیہ السلام نے فرمایا: اِحْبِسْ نَفْسَكَ عَنِ الشَّرِّ فَإِنَّهَا صَدَقَةٌ تَصَدَّقُ بِهَا عَلٰى نَفْسِكَ. ''اپنے نفس کو شر سے بچا کر رکھیں، پس بے شک یہ صدقہ ہے جو تمہاری جان پر صدقہ ہے۔'' (احمد بن حنبل، المسند، 2:511)

لہٰذا اگر ایک داعی ان تمام باتوں کو دھیان میں رکھتے ہوئے دین واسلام اور قوم وملت کی خدمت کرے گا تو ان شاء اللہ اللہ تعالیٰ کی نصرت شامل حال رہے گی اور دنیا وآخرت میں بھی کامیابی اس کے نصیب میں ہوگی۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو اخلاص کے ساتھ اسلامی تعلیمات کی قدر کرنے اور اس پر عمل کرنے کی توفیق عطا فرمائے آمین یا رب العالمین۔

لاش کہاں ہے؟

[illegible] نے یہ نصیحت کی: میں اپنی موت پر افسوس ہرگز نہیں کروں گی اور میں اپنے جسم کی کوئی پرواہ نہیں کروں گی پس مسلمان اپنے جو فرائض انجام دیں گے وہ یہ ہیں: 1۔ مجھے اپنے کپڑوں سے جدا کر دیں گے۔ 2۔ مجھے نہلائیں گے۔ 3۔ مجھے کفن پہنائیں گے۔ 4۔ مجھے اپنے گھر سے نکال باہر کریں گے۔ 5۔ مجھے اپنے نئے گھر [illegible] ساتھ آئیں گے بلکہ بہت سے تو مجھے دفنانے کے لیے اپنی مصروفیات اور مشغولیات سے وقت فارغ کر کے آئیں گے۔ اور بہت سے تو میری یہ نصیحت بھی بھلا دیں گے۔ اور ایک دن۔۔۔ 7۔ میری چیزوں سے وہ خلاصہ پائیں گے۔۔۔ میری چابیاں۔۔۔ میری کتابیں۔۔۔ میری سوٹ کیس یا بیاگیں۔۔۔ میرے جوتے۔۔۔ میرے کپڑے اور اس طرح۔۔۔ اور اگر میرے گھر والے اگر متفق ہوں تو وہ یہ صدقہ کریں گے تا کہ مجھے اس سے نفع پہنچے۔۔ یاد رکھو کہ دنیا مجھ پر غم ہرگز نہیں کرے گی۔۔ اور نہ ہی دنیا کی حرکت رکے گی۔۔۔ اور تجارت و کاروبار چلتی رہے گی۔۔ اور میرا وظیفہ شروع ہو جائے گا۔۔۔ جسے غیر لے لینگے۔۔۔ اور میرا اموال وارثوں کے حوالے ہو جائے گا۔۔ جبکہ مجھے اس کا حساب دینا ہوگا۔۔۔ کم ہو یا زیادہ۔۔ کھجور کی گٹھلی کے چھلکے یا شگاف کے برابر بھی ہو۔۔ اور سب سے پہلے میری موت پر مجھ سے جو چھین لیا جائے گا وہ میرا نام ہوگا!!!

اس لئے جب میں مر جاؤں گی تو لوگ کہیں گے کہ "لاش کہاں" ہے؟ ۔۔۔ اور مجھے میرے نام سے نہیں پکاریں گے۔۔! اور جب نماز جنازہ پڑھانا ہو تو کہیں گے جنازہ لے آؤ"!!! میرا نام نہیں لینگے۔۔! اور جب میرے دفنانے کا وقت آ جائے تو کہیں گے "میت کو قریب کرو"!!! میرا نام بھی یاد نہیں کریں گے۔۔۔! اس وقت مجھے میرا نسب اور نہ قبیلہ میرے کام آئے گا اور نہ ہی میرا منصب اور شہرت۔۔۔ کتنی فانی اور دھوکہ کی ہے یہ دنیا جسکی طرف ہم لپکتے ہیں۔۔ پس اے زندہ انسان۔۔۔ خوب جان لے کہ تجھ پر غم و افسوس تین طرح کا ہوتا ہے: 1۔ جو لوگ جو تجھے سرسری طور پر جانتے ہیں وہ مسکین کہ کر غم کا اظہار کریں گے۔ 2۔ تیرے دوست چند گھنٹے یا چند روز تیرا غم کریں گے اور پھر اپنی اپنی باتوں اور ہنسی مذاق میں مشغول ہو جائیں گے۔ 3۔ زیادہ سے زیادہ گہرا غم گھر میں ہوگا وہ تیرے اہل و عیال کا ہوگا جو کہ ہفتہ دو ہفتے یا دو مہینے اور زیادہ سے زیادہ ایک سال تک ہوگا۔ اور اس کے بعد وہ تجھے یادوں کی پنوں میں رکھ دیں گے!!! لوگوں کے درمیان تیرا قصہ ختم ہوا اور تیرا حقیقی قصہ شروع ہوا اور وہ ہے آخرت کا۔ تجھ سے چھن گیا تیرا۔۔ 1۔ جمال۔۔ 2۔ مال۔۔ 3۔ صحت۔۔ 4۔ اولاد۔۔ 5۔ جدا ہو گئے تجھ سے مکان و محلات۔

6۔ شوہر۔۔۔ اور کچھ باقی نہ رہا تیرے ساتھ سوائے تیرے اعمال کے اور حقیقی زندگی کا آغاز ہوا۔

اب سوال یہاں یہ ہے کہ: تو نے اپنی قبر اور آخرت کے لئے اب سے کیا تیاری کی ہے؟ ۔۔۔ یہی حقیقت ہے جسکی طرف توجہ چاہئے۔۔ اس کے لیے تجھے چاہئے کہ تو اہتمام کرے: 1۔ فرائض کا 2۔ نوافل کا 3۔ پوشیدہ صدقہ کا 4۔ نیک کاموں کا 5۔ رات کی نمازوں کا۔۔۔ شاید کہ تو نجات پا سکے۔ اگر تو نے اس مقالہ سے لوگوں کی یاد دہانی میں مدد کی جبکہ تو ابھی زندہ ہے۔۔۔ تا کہ اس امتحان گاہ میں امتحان کا وقت ختم ہونے سے تجھے شرمندگی نہ ہو اور امتحان کا پرچہ بغیر تیری اجازت کے تیرے ہاتھوں سے چھین لیا جائے۔۔۔ اور تو تیری اس یاد دہانی کا اثر قیامت کے دن تیرے اعمال کے ترازو میں دیکھے گا۔۔۔ اور یاد دہانی کرتے رہئے بیشک یاد دہانی مومنوں کو نفع دیگا۔ میت صدقہ کو کیوں ترجیح دیتی ہے اگر وہ دنیا میں واپس لوٹائی جائے۔۔ جیسا کہ اللہ نے فرمایا: "اے رب اگر مجھے تھوڑی دیر کے لئے واپس لوٹا دے تو میں صدقہ کروں اور نیکوں میں شامل ہو جاؤ (سورۃ المنافقون) یہ نہیں کہیگا کہ۔۔ عمرہ کروں گا۔۔ نماز پڑھوں گا۔۔۔ روزہ رکھوں گا۔۔ علماء نے کہا کہ: میت صدقہ کی تمنا اس لئے کریگا کیوں کہ وہ مرنے کے بعد اس کا عظیم ثواب اپنی آنکھوں سے دیکھے گا۔۔۔ اس لئے صدقہ کثرت سے کیا کرو۔۔۔ بیشک مومن قیامت کے دن اپنے صدقہ کے سایہ میں ہوگا۔۔۔ اور اب اس وقت جو صدقہ کر سکتے ہیں وہ اس "رسالہ الشافیہ" کو نصیحت کی نیت سے پھیلائیں۔۔۔ کیونکہ اچھی بات بھی صدقہ ہے۔

صدقہ کرنے کے کچھ چھوٹے چھوٹے طریقے

01: اپنے گھر [illegible] میں یا چھت پر پرندوں کیلئے پانی یا دانہ رکھیے۔ 02: اپنی مسجد میں کچھ کرسیاں رکھ دیجیے جس پر [illegible] بیٹھ کر نماز پڑھتے ہیں۔ 03: [illegible] دیجیے۔ 04: گرمی میں [illegible] کام کرنے والوں کو پانی پلا دیجیے۔ 05: اپنی مسجد یا کسی جگہ میں پانی پلانے کا انتظام کیجیے۔ 06: ایک قرآن مجید [illegible] رکھ دیجیے۔ 07: [illegible] کرکے دیجیے۔ 08: باقی کی ریزگاری ملازم [illegible] دیجیے۔ 09: [illegible] کو لگا دیجیے۔ 10: کسی غم زدہ کیلئے مسرت کا سبب بنئے۔ 11: لوگوں سے مسکرا کر پیش آئیے اور اچھی بات کیجیے۔

12: کھانے پارسل کراتے ہوئے ایک زیادہ لے لیجیے کسی کو صدقہ کرنے کیلئے۔ 13: ہوٹل میں بچا کھانا پیک کرا کر باہر بیٹھے کسی مسکین کو دیجیے۔ 14: گلی محلے کے مریض کی عیادت کو جانا اپنے آپ پر لازم کر لیجیے۔

15: ہسپتال جائیں تو ساتھ والے مریض کیلئے بھی کچھ لیکر جائیں۔ 16: حیثیت ہے تو مناسب جگہ پر پانی کا کولر لگوائیں۔ 17: حیثیت ہے تو سایہ دار جگہ یا درخت کا انتظام کرا دیجیے۔ 18: آن لائن اکاؤنٹ ہے تو کچھ پیسے رفاہی اکاؤنٹ میں بھی ڈالیے۔ 19: زندوں پر خرچ کیجیے مردوں کے ایصال ثواب کیلئے۔ 20: اپنے محلے کی مسجد کے کولر کا فلٹر تبدیل کرا دیجیے۔ 21: گلی اندھیری ہے تو ایک بلب روشن کر چھوڑیے۔ 22: مسجد کی ٹوپیاں گھر لا کر دھو کر واپس رکھ آئیے۔ 23: مسجدوں کے گندے حمام خود دھو دیگر کسی سے دھلوا دیجیے۔

24: گھریلو ملازمین سے شفقت کیجیے، ان کے تن اور سر ڈھانپیے۔

رجب المرجب اعراس المیلاد المبارک

1 رجب المرجب، حاجی دیوان سہروردیؒ خانقاہ ڈوگراں۔ 3 رجب المرجب، حضرت خواجہ اویس قرنیؒ 5 رجب المرجب، حضرت حسن بصریؒ، حضرت امام موسیٰ کاظمؒ، حضرت سائیں کانواں والے گجرات 6 رجب المرجب، حضرت خواجہ معین الدین چشتی اجمیریؒ۔ 7 رجب المرجب، ولادت حضرت عباسؓ 8 رجب المرجب، حضرت امام دار قطنیؒ۔ 9 رجب المرجب، حضرت شاہ گدا رحمٰن۔ ملتان۔ 10 رجب المرجب، ولادت حضرت امام تقی۔ 11 رجب المرجب، یوم استقامت 1394ء، بابا جی سرکار فوج سے مستعفی ہوئے 13 رجب المرجب، ولادت حضرت سیدنا علیؓ، 23 قبل ہجرت 15 رجب المرجب حضرت امام جعفر صادقؒ امام ابوحنیفہؒ 16 رجب المرجب، حافظ محمد شعیبؒ تورڈھیر، مردان 18 رجب المرجب شاہ نصیر الدین موج دریا بلواریؒ۔ 20 رجب المرجب، حضرت اما نوویؒ 22 رجب المرجب، حضرت شمس الدین صحرائیؒ 25 رجب المرجب، امام مسلمؒ، قطب الاقطاب رحمکارؒ کاکا نوشہرہ 27 رجب المرجب، شب معراج، حضرت جنید بغدادیؒ 28 رجب المرجب، یوم آزادی پاکستان 29 رجب المرجب، حضرت امام شافعیؒ

ایصال ثواب

اوپر دیئے گئے تمام نام اُن بزرگان دین کے ہیں جن کے اعراس اسی رجب المرجب کے مبارک مہینے میں ہیں آپ سے التماس ہے کہ ایک بار سورۃ فاتحہ اور تین بار سورۃ اخلاص اول و آخر درود پاک پڑھ کر حضور ﷺ کی بارگاہ اقدس میں ہدیہ کریں اور اُن کے توسل سے تمام بزرگان بشمول بزرگان سلسلہ عالیہ شافیہ کو ایصال ثواب کریں پھر آپ اپنے لیے، اہل و عیال کیلئے ملک و قوم کیلئے اور اُمت مسلمہ کیلئے دُعا کریں جو بھی آپکی تمنا ہوگی انشاء اللہ العزیز رب کریم بزرگان کی نسبت کے صدقے پوری فرما دے گا۔

رجب المرجب: حضرت سلمان فارسیؓ سے روایت ہے کہ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: تحقیق رجب میں ایک دن ہے اور ایک رات جو شخص روزہ رکھے اس دن کا اور قیام کرے اس رات کا، اسے اس شخص کی مانند ثواب ملے گا جو سو برس روزے رکھے اور سو برس راتوں میں قیام کرے۔ پس وہ رات ستائیسوں اور دن ستائیسواں ہے۔ اور یہ وہ دن ہے جس میں ہمارے نبی کریم ﷺ نبی بنائے گئے۔ (غنیۃ الطالبین 322 ترغیب شریف صفحہ 781)

شیخ کی توہین۔۔۔کفر ہے

شیخ کی توہین کی تین صورتیں اوران کے بارے میں شرعی حکم بیان کرتے ہوئے سیدی اعلیٰ حضرت، امام اہلسنت، مولانا شاہ امام احمد رضا خان علیہ الرحمہ فرماتے ہیں:

(1) اگر شیخ کواس لئے بُرا کہتا ہے کہ وہ شیخ ہے جب تو صریح کافر ہے۔

(2) اور بوجہ علم اس کی تعظیم فرض جانتا ہے مگر اپنی کسی دُنیوی خصومت (دُشمنی) کے باعث برا کہتا ہے گالی دیتا (ہے اور) تحقیر کرتا ہے تو سخت فاجر ہے

(3) اور اگر بے سبب (بلا وجہ) رنج (بغض) رکھتا ہے تو مَرِیْضُ القَلْب وَخَبِیْثُ الْبَاطِن (دل کا مریض اور ناپاک باطن والا ہے) اور اس (خواہ مخواہ بغض رکھنے والے) کے کفر کا اندیشہ ہے۔

خلاصہ (کتاب) میں ہے:'' مَنْ اَبْغَضَ عَالِماً مِنْ غَیْرِ سَبَبٍ ظَاهِرٍ خِیْفَ عَلَیْهِ الْکُفْر ''یعنی جو بلا کسی ظاہری وجہ کے شیخ دین سے بغض رکھے اس پر کفر کا خوف ہے۔[خلاصۃ الفتاویٰ، جلد 4، صفحہ 388، مطبوعہ مکتبہ رشیدیہ کوئٹہ][فتاویٰ رضویہ، جلد 21، صفحہ 129، مطبوعہ رضافاؤنڈیشن لاہور]

یہاں پر بین الطرفین اہلسنت عوام کو عبرت حاصل کرنی چاہیئے کہ کوئی کسی سنی شیخ دین پر اعتراضات وبکواسات کررہا ہے تو کوئی کسی کے خلاف باتیں کررہا ہے بہر کیف ان لوگوں کو سوچ لینا چاہیئے کہا گر علم دین کی توھین کی نیت سے کچھ کہا تو کافر ہوجائے گا۔

اگر علم دین کی توھین تو مقصود نہیں مگر تحریکی اختلاف کی بنا پر بُرا کہتا ہے گالی دیتا ہے تحقیر کرتا ہے تو بھی فاسق وفاجر ہے۔ اگر بلا وجہ بُغض رکھتا ہے تو ایمان کی خیر منائے کہ فقہاء نے لکھا کہ صحیح العقیدہ شیخ سے بغض رکھنے والے کا کفر پر خاتمے کا اندیشہ ہے۔

سیدی اعلیٰ حضرت، علیہ الرحمہ شیخ کی توہین کرنے سے متعلق مزید فرماتے ہیں کہ شیخ کی توھین: "سخت حرام، سخت گُناہ، اَشد کبیرہ۔ شیخ سُنّی صحیح العقیدہ کہ لوگوں کو حق کی طرف بلائے اور حق بات بتائے محمد رسول اللہ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا نائب ہے۔اس کی تحقیر (توہین) مَعاذَ اللہ محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی توہین ہے اور محمد صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی جناب میں گستاخی موجب لعنتِ الٰہی و عذابِ الیم ہے۔"[فتاویٰ رضویہ، جلد23، صفحہ 649، مطبوعہ رضافاؤنڈیشن لاھور]

اللہ ان لوگوں کو ھدایت دے جو بزرگان کے بارے بکواسات کررہے ہیں.....غور سے پڑھیں کہ سیدی اعلیٰ حضرت علیہ الرحمہ نے فرمایا کہ صحیح العقیدہ سنی شیخ رسول اللہ علیہ السلام کا نائب ہے اور اسکی توھین رسول اللہ علیہ السلام کی توھین وگستاخی ہے اور رسول اللہ کی توھین کرنے والا لعنتی ہے۔تو خدارا...!باعمل صحیح العقیدہ سنی علماء کے متعلق پوسٹس کرنے سے گریز کیجئے۔ بالفرض آپ علم دین کی توھین کی نیت سے کچھ نہیں کہتے بلکہ تنظیمی وتحریکی اختلافات کی بنا پر تحقیر کرتے ہیں تو بھی ناجائز وگناہ ہے۔

صدر الشریعہ مفتی امجد علی اعظمی علیہ الرحمہ فرماتے ہیں کہ:"عوام کو بزرگان سے بدظن کرنا بہت سخت گناہ ہے کہ جب بدظن ہونگے (تو) اُن (یعنی علما) سے بیزار ہونگے اور ہلاکت میں پڑیں گے"[فتاویٰ امجدیہ، جلد4، صفحہ 515، مطبوعہ مکتبہ رضویہ کراچی شریف]

اگر آپکی وجہ سے کوئی صحیح العقیدہ سنی شیخ سے بدظن ہوگیا تو دنیا وآخرت میں ہلاکت ہی ہلاکت ہوگی۔ اللہ تعالیٰ ہمارے ایمان کی حفاظت فرمائے اور ہمیں صدا بے ادبی سے محفوظ رکھے آمین۔۔

بخشش کا ذریعہ اور شکر نعمت کا آسان طریقہ

حضور اکرم ﷺ کا ارشاد پاک ہے کہ جب بھی اللہ تعالیٰ کسی بندے پر اپنی نعمت نازل فرمائے اور وہ کہے الحمد اللہ تو اس نے اس نعمت کا شکر ادا کردیا اور جب یہ بندہ دوبارہ یہ کلمہ کہتا ہے تو اللہ تعالیٰ اسے اس دوبارہ شکر کا اجر عطا فرماتا ہے اور جب وہ بندہ دوبارہ کہتا ہے تو اللہ تعالیٰ اس کے گناہوں کی مغفرت فرماتا ہے۔(مستدرک بروایت جابرؓ)

آمنہ، لاہور

کفریہ کلمات۔۔۔کہیں آپ تو نہیں بولتے

میں یہاں پر کچھ کفریہ کلمات آپکے کے سامنے رکھ رہی ہوں۔ جو عام طور پر ہمارے مسلمان بھائی بہن بول ڈالتے ہیں۔ جن سے ان کا ایمان ضائع ہوجاتا ہے اوران کو خبر بھی نہیں ہوتی۔ اسی لئے علماء کرام فرماتے ہیں کہ فرائض علوم کو ضرور سیکھیے۔

1۔ جیسے کوئی مصیبت کے وقت کہے۔"اللہ نے پتہ نہیں مصیبتوں کے لئے ہمارا گھر ہی دیکھ لیا ہے"

2۔ یا موت کے وقت کوئی کہہ دے۔"پتہ نہیں اللہ کو اس شخص کی بڑی ضرورت تھی جو اس کو اپنے پاس اتنی کم عمر میں بلا لیا"۔

3۔ یا کہا۔ نیک لوگوں کو اللہ عَزَّ وَجَلَّ جلدی اٹھا لیتا ہے کیوں کہ ایسوں کی اللہ عَزَّ وَجَلَّ کو بھی ضرورت پڑتی ہے۔

4۔ یااللہ! تجھے بچوں پر بھی ترس نہیں آیا۔

5۔ اللہ! ہم نے تیرا کیا بگاڑا ہے! آخر ملکُ الموت کو ہمارے ہی گھر والوں کے پیچھے کیوں لگا دیا ہے

6۔ اچھا ہے جہنم میں جائیں گے کہ فلمی اداکاریں بھی تو وہیں ہوں گی نہ مزہ آجائے گا۔

7۔ اکثر لوگ فیس بک پر اس طرح کے لطائف لکھ ڈالتے ہیں۔ یہ بھی کفر ہے۔ جیسے اگر تم لوگ جنت میں چلے بھی گئے تو سگریٹ جلانے کیلئے تو ہمارے ہی پاس (یعنی دوزخ میں) آنا پڑے گا

8۔ آؤ ظہر کی نماز پڑھیں، دوسرے نے مذاق میں جواب دیا: یار! آج تو چھٹی کا دن ہے نماز کی بھی چھٹی ہے۔

9۔ کسی نے مذاق میں کہا: بس جی چاہتا ہے یہودی یا عیسائی یا قادیانی بن جاؤں۔ ویزہ تو جلدی مل جاتا ہے۔

10۔ صبح صبح دعا مانگ لیا کرو اس وقت اللہ فارغ ہوتا ہے

11۔ اتنی نیکیاں نہ کرو کہ خُدا کی جزا کم پڑ جائے

12۔ خُدا نے تمہارے بال بڑی فرصت سے بنائے ہیں

13۔ زید نے کہا: یار! ہوسکتا ہے آج بارش ہوجائے۔ بکر نے کہا: نہیں یار! اللہ تو ہمیں بھول گیا ہے۔

14۔ کسی نے نبیِ کریم صَلَّی اللہُ تعالیٰ علیہ وآلہٖ وسلَّم کا مذاق اڑایا تو کافر ہے۔

15۔ دنیا بنانے والے کیا تیرے من میں سمائی؟ تونے کاہے کو دنیا بنائی؟ (گانا)

16۔ حسینوں کو آتے ہیں کیا کیا بہانے۔ خدا بھی نہ جانے تو ہم کیسے جانے (گانا)

17۔ میری نگاہ میں کیا بن کے آپ رہتے ہیں۔ قسم خدا کی خدا بن کے آپ رہتے ہیں۔(گانا) اس طرح کے بے شمار گانے جو ہمارے مسلمان اکثر گنگناتے دکھائی دیتے ہیں۔

18۔ نماز کی دعوت دینے پر کسی نے کہا: ہم نے کون سے گناہ کیے ہیں جن کو بخشوانے کیلئے نماز پڑھیں۔

19۔ ایک نے طبیعت پوچھی تو دوسرے نے مذاق کرتے ہوئے جواب دیا: نَصْرٌ مِّنَ اللہِ وَ ٹھیک۔ کہہ دیا۔ کہنے والے پر حکم کفر ہے کہ آیت کو تبدیل کرنے کی کوشش ہے۔

20۔ رَحمٰن کے گھر شیطان اور شیطان کے گھر رَحمٰن پیدا ہوتا ہے۔

21۔ مسلمان بن کر امتحان میں پڑ گیا ہوں۔ وغیرہ وغیرہ۔۔۔۔۔

رحمت اللعالمین صلی اللہ تعالیٰ علیہ وآلہٖ وسلم کا ارشادِ مُعظم ہے:

ان فتنوں سے پہلے نیک اعمال کے سلسلے میں جلدی کرو! جو تاریک رات کے حصّوں کی طرح ہوں گے، ایک آدمی صُبح کو مومن ہوگا اور شام کو کافر ہوگا اور شام کو مومن ہوگا اور صُبح کو کافر ہوگا۔ نیز اپنے دین کو دُنیاوی ساز وسامان کے بدلے فروخت کردے گا۔ (مُسلم حدیث 118 ص 73)

درسِ ہدایت: اللہ عزوجل کی شان میں ہرگز ہرگز کوئی ایسا لفظ زبان سے نہ نکالنا چاہیے جن سے ان کا ایمان ضائع ہونے کا خطرہ ہو۔ آج کل لوگ بہت لاپرواہی کرتے ہیں اور خداوند تعالیٰ کی شان میں کفریہ الفاظ بول کر ایمان گنوا دیتے ہیں اور وہ دنیا وآخرت میں عذاب کے حق دار بن جاتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ ہمارے ایمان کی حفاظت فرمائے۔ اور ہمیں کلمہ طیبہ پڑھتے ہوئے ایمان کی حالت میں اس دنیا سے رخصت فرمائے۔ آمین

کمائیں گے نہیں تو کھائیں گے کہاں سے

واللہ خیر الرازقین!

آج کم وبیش ہر شخص کی زبان پر یہ فقرہ ہے لہذا یہ چند سطریں پڑھ کر مجھے بتلاؤ کہ تمہیں کون کھلا رہا ہے، پلا رہا ہے، چلا رہا ہے اور سلا رہا ہے۔۔۔؟

ایک چھوٹا سا بورڈ ریڑھی کی چھت سے لٹک رہا تھا، اس پر موٹے مارکر سے لکھا ہوا تھا: "گھر میں کوئی نہیں ھے، میری بوڑھی ماں فالج زدہ ہے، مجھے تھوڑی تھوڑی دیر بعد انہیں کھانا اور اتنی ہی مرتبہ حاجت کرانی پڑتی ہے، اگر آپ کو جلدی ہے تو اپنی مرضی سے فروٹ تول لیں اور پیسے کونے پر رکھے ریگزین کے گتے کے نیچے رکھ دیجیے۔ ساتھ ھی ریٹ بھی لکھے ھوئے ہیں۔۔۔ اور اگر آپ کے پاس پیسے نہ ھوں، تو میری طرف سے لے لینا اجازت ہے!۔ واللہ خیر الرازقین!

ادھر اُدھر دیکھا، پاس پڑے ترازو میں دو کلو سیب تولے، درجن کیلے لیئے، شاپر میں ڈالے، پرائس لسٹ سے قیمت دیکھی، پیسے نکال کر ریڑھی کے پھٹے کے گتے والے کونے کو اٹھایا، وہاں سو پچاس دس دس کے نوٹ پڑے تھے، میں نے پیسے اسی میں رکھ کر اسے ڈھک دیا، ادھر اُدھر دیکھا کہ شاید کوئی میری طرف متوجہ ہو، اور شاپر اٹھا کر واپس فلیٹ پر آ گیا۔ افطار کے بعد میں اور بھائی ادھر گئے۔ دیکھا اک باریش آدمی، داڑھی آدھی کالی آدھی سفید، ہلکے کریم کلر کرتے شلوار میں ریڑھی کو دھکا لگا کر بس جانے ہی والا تھا وہ ہمیں دیکھ کر مسکرایا اور بولا "صاحب! پھل تو ختم ہو گیا۔

نام پوچھا تو بولا خادم حسین۔۔۔ پھر ہم سامنے ڈھابے پہ بیٹھے تھے۔ چائے آئی، کہنے لگا "پچھلے تین سال سے اماں بستر پر ہے، کچھ نفسیاتی سی بھی ہوگئی ہے، اور اب تو فالج بھی ہو گیا ہے، میرا کوئی بال بچہ نہیں، بیوی مر گئی ہے، صرف میں ہوں اور میری اماں۔ اماں کی دیکھ بھال کرنے والا کوئی نہیں اس لئے مجھے ہر وقت اماں کا خیال رکھنا پڑتا ہے" اک دن میں نے اماں کے پاؤں دباتے ہوئے بڑی نرمی لجالت سے کہا، "اماں! تیری تیمارداری کو تو بڑا جی کرتا ہے۔ پر جیب میں کچھ نہیں تو مجھے کمرے سے ہلنے نہیں دیتی، کہتی ہے تو جاتا ہے تو جی گھبراتا ہے، تو ہی بتا میں کیا کروں؟"

اب کیا غیب سے کھانا اترے گا؟ نہ میں بنی اسرائیل کا جنا ہوں نہ تو موسیٰ کی ماں ہے، کیا کروں! یہ سن کر اماں نے ہانپتے کانپتے اٹھنے کی کوشش کی، میں نے تکیہ اونچا کر کے اسکو بٹھایا ٹیک لگوائی، انھوں نے جھریوں والا چہرہ اٹھایا اپنے کمزور ہاتھوں کا پیالا بنایا، اور نہ جانے رب العالمین سے کیا بات کی، پھر بولی تو ریڑھی وہی چھوڑ آیا کر، تیرا رزق تجھے اسی کمرے میں بیٹھ کر ملے گا"

میں نے کہا "اماں کیا بات کرتی ھے، وہاں چھوڑ آؤں گا تو کوئی چور اچکا سب کچھ لے جائے گا، آجکل کون لحاظ کرتا ھے؟ بنا مالک کے کون خریدار آئے گا؟"

کہنے لگی تو فجر کو ریڑھی پھلوں سے بھر کر چھوڑ کر آ جا بس، زیادہ بک بک نیں کر، شام کو خالی لے آیا کر، اگر تیرا روپیہ گیا تو یہ خالدہ ثریا اللہ سے پائی پائی وصول کر لیگی"۔

ڈھائی سال ہو گئے ہیں بھائی! صبح ریڑھی لگا جاتا ہوں۔ شام کو لے جاتا ہوں، لوگ پیسے رکھ جاتے پھل لے جاتے، دھیلا اوپر نیچے نہیں ہوتا، بلکہ کچھ تو زیادہ رکھ جاتے، اکثر تخمینہ نفع لاگت سے تین چار سو اوپر ہی جا نکلتا ہے، کبھی کوئی اماں کے لیے پھول رکھ جاتا ہے، کبھی کوئی اور چیز! پرسوں ایک پڑھی لکھی بچی پلاؤ بنا کر رکھ گئی، نوٹ لکھ کر رکھ گئی "اماں کے لیے"۔ اک ڈاکٹر کا گزر ہوا، وہ اپنا کارڈ چھوڑ گیا۔ پشت پہ لکھ گیا۔ انکل! اماں کی طبیعت نہ سنبھلے تو مجھے فون کرنا، میں گھر سے پک کرلوں گا" کسی حاجی صاحب کا گزر ہوا تو عجوہ کھجور کا پیکٹ چھوڑ گیا، کوئی جوڑا شاپنگ کر کے گزرا تو فروٹ لیتے ہوئے اماں کے لیے سوٹ رکھ گیا، روزانہ ایسا کچھ نہ کچھ میرے رزق کے ساتھ موجود ہوتا ہے، نہ اماں ہلنے دیتی ہے نہ اللہ رُکنے دیتا ہے۔ اماں تو کہتی تیرا پھل بیچنے کے لئے، اللہ خود نیچے اتر آتا ہے، اور بیچ باچ جاتا ہے، بھائی! وہ سوھنا رب اک تو رازق ہے، اوپر سے ریٹیلر بھی ہے، اللہ اللہ

آخر میں مجھے اپنے بچوں سے کہنا ہے اگر آپ فارغ ہوں اور اپنے والدین کو کام کرتے دیکھیں تو فوراً اٹھکر انکی مدد کریں اور انہیں کہیں امی جان! ابا جان! "لائیے میں آپکی مدد کرتا/کرتی ہوں" پھر دیکھیں دنیا و آخرت کی کامیابیاں کیسے تمہارے قدم چومتی ہیں! انشاءاللہ!

بچوں کا صفحہ

کسان کی دانائی

حفصہ بنت حامد شافی

پرانے وقتوں کی بات ہے کہ، ملک یمن پر ایک رحم دل بادشاہ حکومت کرتا تھا۔ وہ اپنی رعایا کا بہت خیال رکھتا تھا، جس کی وجہ سے رعایا اس کے لیے دعا کرتی تھی کہ وہ ہمیشہ ہمارے ساتھ رہے۔ بادشاہ عوام میں گھل مل جاتا۔ ان کے مسائل سنتا اور انہیں حل کروا کر دم لیتا تھا۔ اس کا وزیر بہت چالاک تھا جس کی وجہ سے بادشاہ کو اکثر شرمندگی کا سامنا کرنا پڑتا، بادشاہ کسی عقل مند انسان کی تلاش میں تھا کہ اسے وزیر بنا دے۔ ایک دن بادشاہ کسی گاؤں کی طرف نکل گیا، دیکھا کہ ایک ادھیڑ عمر کسان کھیتوں میں ہل چلا رہا تھا۔ بادشاہ کو کسان بہت اچھا لگا، وہ اسے کام کرتا دیکھتا رہا۔ کسان کی نظر بادشاہ پر پڑی تو اس نے اسے سلام کیا۔ بادشاہ نے سلام کا جواب دینے کے بعد پوچھا، کیسے گزر رہی ہے؟ روز کتنا کما لیتے ہو؟ کسان نے کہا: بادشاہ سلامت بہت اچھی گزر بسر ہو رہی ہے۔ آپ سمجھیں روز کا ایک دینار کما لیتا ہوں۔ اس کے چار حصے کرتا ہوں۔ ایک حصہ کھا لیتا ہوں، ایک حصہ قرضہ ادا کرتا ہوں، ایک حصہ قرض دیتا ہوں اور چوتھائی حصہ کنویں میں پھینک دیتا ہوں۔ تمہاری باتیں میری سمجھ میں نہیں آئیں۔ مجھے مطلب سمجھاؤ، بادشاہ نے کہا۔ کسان نے ہاتھ جوڑ کر عرض کیا کہ: بادشاہ سلامت ایک حصہ میں اپنی بیوی بچوں پر خرچ کرتا ہوں، ایک حصہ قرض اتارنے کا مطلب یہ ہے کہ اپنے بچوں پر خرچ کرتا ہوں کہ جب میں بوڑھا ہو جاؤں تو میرے بچے میری خدمت کریں گے۔ رہا چوتھائی حصہ، جو میں کنوئیں میں پھینکتا ہوں، اس کا مطلب یہ ہے کہ اللہ کی راہ میں خرچ کرتا ہوں اور اس کا صلہ نہیں چاہتا بلکہ امید کرتا ہوں کہ آخرت میں زیادہ صلہ ملے گا۔

بادشاہ کسان کی باتیں سن کر بہت خوش ہوا۔ اس نے کسان کو بہت سا انعام دیا اور کہا کہ: یہ باتیں کسی کو نہیں بتانا، جب تک سو بار میرا چہرہ نہ دیکھ لو، کسان نے بادشاہ سے وعدہ کر لیا۔ بادشاہ گھوڑے پر سوار ہو کر واپس اپنے محل چلا گیا۔ اگلے دن بادشاہ نے دربار لگایا، تمام وزیر، مشیر اور درباری موجود تھے بادشاہ نے کسان کی بات دربار میں موجود تمام افراد کو بتا کر اس کا مطلب پوچھا، سب سوچ میں پڑ گئے۔ وزیر بہت زیادہ چالاک تھا، اس نے بادشاہ سے ایک دن کی مہلت مانگی۔ بادشاہ نے مہلت دے دی۔ وزیر نے فوراً پتا لگوایا کہ بادشاہ کل کہاں گیا تھا۔ اسے پتا چل گیا کہ بادشاہ کل فلاں علاقہ میں گیا تھا۔ وزیر فوراً کسان تک پہنچ گیا اس نے کسان کی منت سماجت کی کہ اس کا مطلب بتائے۔ کسان نے کہا کہ: مجھے بادشاہ نے منع کیا ہے کہ جب تک سو بار اس کا چہرہ نہ دیکھ لوں یہ بات کسی کو نہیں بتاؤں گا، مجھے بادشاہ کے پاس لے چلو۔ وزیر نے فوراً کہا نہیں نہیں بادشاہ کے پاس جانے کی ضرورت نہیں تم اس کا کوئی حل سوچو، اس پر کسان نے کہا کہ، مجھے سو اشرفی بادشاہ کی تصویر والی دے دو میں بات بتا دیتا ہوں۔ وزیر نے فوراً سو اشرفیاں کسان کے حوالے کیں۔ کسان نے مطلب بتا دیا۔ اگلے دن جب دربار لگا، بادشاہ نے وزیر کی طرف دیکھا اس نے فوراً پوری بات بتا دی۔ اب بادشاہ کو بہت غصہ آیا کہ کسان نے وعدہ خلافی کی اور وزیر کو ساری بات بتا دی۔ اس نے فوراً کسان کو حاضر کرنے کا حکم دے دیا۔ سرکاری پیادے کسان کو لے کر حاضر ہو گئے۔ بادشاہ نے طیش میں کہا کہ: تم نے وعدہ خلافی کی، ساری بات وزیر کو بتا دی، حالانکہ مجھ سے وعدہ کیا تھا، کہ، جب تک سو بار میرا چہرہ نہیں دیکھو گے کسی کو یہ بات نہیں بتاؤ گے۔ کسان نے ادب سے کہا کہ: بادشاہ سلامت میں نے وعدہ خلافی نہیں کی میں نے سو بار آپ کا چہرہ۔۔۔: تم جھوٹ بولتے ہو، تم مجھے کل ملے ہو اور اس کے بعد آج میرے پاس آئے ہو، زیادہ سے زیادہ پانچ، چھ بار دیکھا ہوگا پھر۔۔۔ بادشاہ سلامت اس خاکسار نے سو بار آپ کا چہرہ دیکھا تھا وزیر سے سو اشرفیاں لیں ان پر آپ کی تصویر کندہ تھی، وہ دیکھ کہ ساری بات بتائی تھی۔ کسان کی بات سن کر سب عش عش کرنے لگے۔ بادشاہ نے وزیر کو فوراً معطل کر کے کسان کو وزیر بنانے کا حکم نامہ جاری کر دیا۔ کیونکہ وزیر نے چالاکی دکھائی تھی۔ دیکھا بچو! ہر بار چالاکی کام نہیں آتی۔ موقع دیکھتے ہوئے سمجھداری سے کام لینا چاہیے۔

خواتین کا صفحہ

ماں، بچے کی صحت اور حفاظت

بچے کی صحت ماں کی اچھی صحت پر منحصر ہے ولادت کے ایک گھنٹہ کے اندر ماں کا دودھ بچہ کو دینا اس کی صحت کے لیے ضروری ہے۔ بچے کو گرم رکھنا چاہیے پہلے چھ ماہ تک ماں کے دودھ کے علاوہ کچھ بھی نہ دیں پانی تک نہیں۔ بچہ کو جتنی مرتبہ ضرورت اتنی مرتبہ دودھ پلائیں دن میں اور رات میں بھی۔ اسی طرح ولادت کے 28 گھنٹہ تک بچہ کو نہ نہلایا جائے۔ بچہ کے ولادت کے بعد نہ رونا، سانس لینے میں پریشانی ہونا، ہتھیلی دھلوں کا پیلا ہونا۔ بخار یا چھونے پر بدن کا ٹھنڈا لگنا، پاخانہ میں خون آنا، دورے پڑنا، بچہ کا سست ہونا، یا بے ہوش ہونا وغیرہ۔ بچہ میں ایسی کوئی بھی علامت نظر آئے تو فوراً ڈاکٹر سے رابطہ کریں۔ بچوں کو ان کی پیدائش کے بعد پانچ برس تک ٹیکے لگائے جاتے یں۔ یہ ٹیکے کی مدت مقرر ہے۔ ملک میں ایک اندازے کے مطابق ہر روز تقریباً چار ہزار بچے ایسے امراض سے مر جاتے ہیں جن کا ٹیکوں کے ذریعہ علاج ہو سکتا تھا۔ ٹیکوں کی اسی اہمیت کے پیش نظر، کونسا ٹیکہ کب لگایا جاتا ہے اس کا ذکر کرنا ضروری محسوس ہوتا ہے۔ ولادت کے وقت BCG، پولیو صفر، ہیپاٹائٹس بی صفر ٹیکہ دیا جاتا ہے۔ ڈیڑھ ماہ پر پولیو، ڈی پی ٹی، ہیپاٹائٹس بی کا ٹیکہ لگایا جاتا ہے۔ پھر ساڑھے تین ماہ پر پولیو، ڈی پی ٹی اور ہیپاٹائٹس بی کی خوراک دی جاتی ہے۔ نو ماہ پر خسرہ کا ٹیکہ اور وٹامن اے کی خوراک پلائی جاتی ہے۔ 16 سے 24 ماہ پر ڈی پی ٹی اور پولیو کی بوسٹر خوراک پلائی جاتی ہے۔ 30-36-42-48، 54 اور 60 ماہ پر وٹامن اے کی خوراک پلائی جاتی ہے۔ 60 ماہ پر ڈی پی ٹی کا بوسٹر ٹیکہ بھی لگایا جاتا ہے۔

بچے بہت حساس ہوتے ہیں ان میں ہر روز نئی تبدیلی دیکھنے کو ملتی ہے ان کی ہر ادا ماں باپ کی خوشی میں اضافہ کرتی ہے آپ کی خوشی میں اور اضافہ ہو سکتا ہے۔ بچے میں ہوئی تبدیلیوں میں اس کا ساتھ دیں۔ اس سے ایک طرف بچہ کی نشوونما پر مثبت اثر ہوتا ہے اور دوسری طرح وہ صحت مند رہتا ہے۔ بچے کو گود میں لیں اس کو دیکھیں اس سے باتیں کریں۔ بچے کو دیکھنے سننے محسوس کرنے اور چلنے کے مواقع دیں۔ تین ماہ سے زیادہ عمر کے بچے اکثر جواب میں مسکراتے ہیں۔ آوازیں نکالنا شروع کرتے ہیں آپ انہیں رنگ برنگی چیزیں دیں جنہیں وہ دیکھیں اور پکڑنے کے لیے ہاتھ بڑھائیں۔ چھ ماہ کی عمر میں بچہ آواز کی طرف متوجہ ہوتا ہے ان کے ساتھ باتیں کرنا بھلا لگتا ہے۔ چھ ماہ کے بعد بچہ تھوڑی مقدار میں ملائم، مسلا ہوا اناج، دالیں، سبزی اور پھل کھلانا شروع کریں۔ دھیرے دھیرے کھانے کی مقدار اس کا گاڑھا پن بار بار بڑھائیں۔ بچہ کے بھوکے ہونے کی علامت کو سمجھیں اس کے مطابق اسے کھانے کو دیں۔ 4، 5 بار کھلانا چاہئے ساتھ ہی ماں کا دودھ پلانا جاری رکھیں۔

اپنے بچے کو ہاتھ میں پکڑنے کے لیے صاف اور آواز کرنے والی چیزیں دیں۔ ایسے چیزوں کے اور لوگوں کے نام بتائیں۔ نو ماہ کی عمر میں بچہ لٹانے پر اٹھ کر بیٹھ سکتے ہیں۔ انگوٹھے اور انگلیوں سے چیزیں اٹھا سکتے ہیں بغیر سہارے بیٹھ سکتے ہیں۔ ایک برس کی عمر میں کھڑے ہونا سیکھ جاتے ہیں، ہاتھ ہلا سکتے ہیں۔ پاپا، ماما، دادا، بابا وغیرہ کہہ سکتے ہیں۔ دو سال کی عمر تک پہنچتے پہنچتے بچے اپنی مرضی بتانے لگتے ہیں۔ وہ اچھی طرح چل سکتے ہیں گھر کے کاموں کی نقل کر سکتے ہیں۔ اس وقت ان کو کھانے میں روٹی، چاول، ہرے پتے کی سبزیاں، پیلے پھل، دال، دودھ یا دودھ سے بنی چیزیں دینی چاہیے۔ دن میں پانچ مرتبہ تھوڑا تھوڑا کھلائیں۔ بچے کی کھانا ختم کرنے میں مدد کریں۔ دو سال تک ماں کا دودھ پلانا جاری رکھیں۔ تیسرا، چوتھا سال بچہ کی تربیت کے لحاظ سے اہم ہوتا ہے اس وقت وہ بولنا سیکھ لیتا ہے جسم کے حصوں کے نام بتانے و رنگوں کی پہچان کرنے میں اس کی مدد کرنی چاہیے اس وقت وہ خود سے کھانا کھا سکتا ہیں انہیں ہاتھ دھونے کی عادت ڈالنی چاہیے اس عمر میں بچے سیدھی لائن کھینچ سکتے ہیں چیزوں کے نام اور رشتہ داروں یا قریب رہنے والوں کی پہچان بتانے لگتے ہیں۔ جیسے، بھیا، آپی، چاچا، ماموں وغیرہ۔ کئی بچے نام بھی یاد کر لیتے ہیں اس وقت انہیں باتیں کرنے کے لیے تیار کرنا چاہیے اس سے ان کی ذہنی نشوونما بہتر ہوتی ہے۔

یہاں یہ سب باتیں اس لیے نقل کی گئی ہیں تاکہ آپ کے علم میں رہے کہ کب بچے کو کس چیز کی ضرورت ہوتی ہے اور کس طرح بچے اور اس کی ماں کو صحت مند رکھا جا سکتا ہے جس طرح بچہ کو کم غذا دینے سے اس کی جسمانی نشوونما پر برا اثر پڑتا ہے اسی طرح ضرورت سے زیادہ یا عمر کے لحاظ کئے بغیر کھانے سے بھی بچہ کی صحت خراب ہوتی ہے۔

جلد کی حفاظت۔۔۔ ۵ وٹامنز

وٹامنز یا حیاتین جلد کی نشوونما اور نگہداشت برقرار رکھنے میں بہت نمایاں کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ ہمارے جسم کے بنیادی ڈھانچے کا اہم حصہ ہیں۔ ہمیں صحت مند زندگی گزارنے کے لیے وٹامنز کا استعمال زیادہ سے زیادہ کرنا چاہیے۔ وٹامن اے۔ بی۔ سی۔ ای اور کے جلد کے لیے سب سے زیادہ ضروری ہیں۔ وٹامن اے جلد کی خشکی اور تھکاوٹ دور کرتا ہے۔ اس کی کمی سے جلد خشک ہو جاتی ہے اور خشکی سے جلد میں پڑیاں بننے لگتی ہیں وٹامن اے بڑھتی عمر کی وجہ سے پیدا ہونے والے جلد کے مسائل کی روک تھام کرتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ جلد کو کیل مہاسوں، چھائیوں اور جھریوں سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔ وٹامن بی آپ کی رنگت کو خوبصورت بناتا ہے۔ وٹامن بی کامپلکس جلد کو ضروری تیل فراہم کرتا ہے۔ یہ جلد کو ہمیشہ جوان رکھتا ہے۔ وٹامن بی کی کمی جلد پر دھبوں، خشکی، جھریوں اور ہونٹ پھٹنے کا سبب بنتی ہے۔ وٹامن سی جلد میں جراثیم کے خلاف قوت مدافعت پیدا کرتا ہے۔ یہ کولیجن فائبر بنانے میں مددگار ثابت ہوتا ہے اور جلد کو سورج کی الٹراوائلٹ شعاعوں کے مضر اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔ وٹامن ڈی جسم میں کیلشیم کو جذب کرنے میں اہم کردار ادا کرتا ہے جو ہڈیوں کو مضبوط اور صحت مند بناتا ہے۔ جسم میں کسی ایک بھی وٹامن کی کمی جلد کی متاثر کر سکتی ہیں۔ دن بھر کی محنت و مشقت یا بیماری سے جسم میں وٹامنز کی کمی ہو جاتی ہے۔ اس لیے جلد کی تازگی اور مناسب نشوونما کے لیے اضافی وٹامنز کا استعمال کرنا چاہیے۔

اپنی جلد کو نئی حیات بخشیے، بائیوٹن اپنائیے: بائیوٹن، وٹامن۔ بی کی ایک شکل ہے۔ یہ آپ کی جلد اور جسم کے دوسرے حصوں کے لیے انتہائی کارآمد ہے۔ جلد کی بنیادی خلیے ہیں جو کہ اسی سے بنتے ہیں، بائیوٹن کی کمی سے آپ جلدی بیماری ڈرماٹیٹس کا شکار ہو سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ یہ جلدی خارش اور جلد کی توڑ پھوڑ کا سبب بھی بن سکتا ہے۔ اس لیے آپکے جسم میں وٹامن۔ بی کا متوازن ہونا انتہائی ضروری ہے۔ اگرچہ ہمارا جسم اپنی ضروریات پوری کرنے کے لیے بائیوٹن خود پیدا کرتا ہے مگر اس کی کمی کو دوسری غذاؤں سے پورا کیا جا سکتا ہے جن میں چاول، انڈہ، جو کا آٹا اور پھل جیسے کیلا وغیرہ شامل ہیں۔

سورج کی شعاعوں سے ہونے والے نقصان کو کم کر کے جلد نکھاریے: اگر آپ اپنی جلد کو سورج کی شعاعوں سے ہونے والے نقصان سے بچا کر اپنے ٹشوز کو توڑ پھوڑ سے بچانا چاہتے ہیں تو آپ کو وٹامن۔ سی زیادہ سے زیادہ استعمال کرنا چاہیے۔ یہ جلد کی ساخت کو بہتر بناتا ہے اور اس کی چمک، دمک پیدا کرتا ہے۔ یہ بیماریوں کے خلاف جسم میں قوت مدافعت پیدا کرتا ہے اور جلد کی خوبصورتی بڑھاتا ہے۔

جلد کو جھریوں سے بچائیے اور ہموار بنوائیے: اپنی جلد کو خوبصورت، ہموار بنانے کے لیے اور سورج کی گرمی اور جھریوں سے بچانے کے لیے ایسی غذائیں اور ایسی خوراک استعمال کرنی چاہیے جو کہ وٹامن۔ ای سے بھرپور ہوں۔ سبزیاں اور کوئی قسم کے بیج بھی وٹامن۔ ای حاصل کرنے کا آسان ذریعہ ہیں۔ اس کے علاوہ جلد کی دیکھ بھال کے لیے وٹامن۔ ای سے تیار شدہ بہت سے مصنوعات مارکیٹ سے با آسانی دستیاب ہیں۔

آنکھوں کے گرد حلقے اور جلد کے داغ ختم کیجیے: کام کی زیادتی، کمزوری یا نیند کا ٹھیک طرح سے پورا نہ ہونے کی وجہ سے آنکھوں کے گرد حلقے نمودار ہو جاتے ہیں۔ وٹامن۔ کے ان کو ختم کرنے کا موثر ذریعہ ہے۔ وٹامن۔ کے کی کمی کے نتیجے میں کمزوری کی وجہ سے یہ حلقے پیدا ہوتے ہیں۔ وٹامن۔ کے کی کمی کو بند گوبھی، پالک اور سبز پیاز کے استعمال سے پورا کیا جا سکتا ہے۔ ان سب وٹامنز کے متوازن استعمال سے آپ اپنی جلد کو حسین، شاداب اور ہمیشہ اور روشن رکھ سکتے ہیں۔

وٹامن ای کے باقاعدہ استعمال آپ کو خوبصورت بنا سکتے ہیں: وٹامن ای کے تیل کو باقاعدگی سے استعمال کیا جائے تو قدرتی خوبصورتی میں اضافے کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔ وٹامن ای ایک اینٹی آکسیڈنٹ اور نیوٹینٹ ہے۔ میک اپ کی مصنوعات میں وٹامن ای کے تیل کا استعمال کثیر مقدار میں کیا جاتا ہے کیونکہ یہ جلد کو خوبصورت بناتا ہے اور تر و تازہ رکھتا ہے۔ وٹامن ای سپلیمنٹ کی شکل میں بھی ملتا ہے جبکہ بادام، مونگ پھلی، سبزیوں کے تیل، سورج مکھی اور سویابین کے تیل، گندم اور مکئی میں بھی وافر موجود ہوتا ہے۔ بازاروں میں وٹامن ای کا تیل چھوٹے چھوٹے کیپسول میں کافی قیمت میں دستیاب ہوتا ہے۔

حلقوں کا خاتمہ کریں: آنکھوں کے گرد حلقے بہت برے لگتے ہیں۔ خواتین حلقے چھپانے کے لیے مختلف مشقتیں اٹھاتی ہیں۔ وٹامن ای کے تیل کی مدد سے ان حلقوں کو ختم کیا جا سکتا ہے۔ آنکھوں کے گرد حلقے ختم کرنے کے لیے وٹامن ای کے تیل کو آلو کے رس کے ساتھ ملا کر ایک نرم برش کی مدد سے آنکھوں کے گرد باقاعدگی سے لگائیں۔ دو ہفتوں میں حلقوں میں نمایاں کمی دیکھی جا سکتی ہے۔

ام عبداللہ شافی

صحابیات اہل بیت کا روزہ اور تقویٰ

حضرت فاطمہؓ حیا کا پیکر: حضرت فاطمہؓ پردے کا حد درجہ اہتمام کرتی تھیں ان کا تقویٰ بلند مرتبت تھا اور اپنے تمام کاموں میں تقویٰ سے لیس تھیں اور شرم و حیا کا پیکر تھیں کہ حضرت فاطمہؓ کی تجہیز و تکفین میں خاص شدت کی گئی عورتوں کے جنازہ پر جو آج کل پردہ لگوانے کا دستور ہے اس کی ابتداء ان ہی سے ہوئی۔ اس سے بیشتر عورت اور مرد سب کا جنازہ کھلا رکھا جاتا تھا چونکہ حضرت فاطمہؓ کے مزاج میں انتہا کی شرم و حیاء تھی۔ وفات سے پہلے حضرت اسماء بنت عمیسؓ کو بلا کر فرمایا۔ جنازہ لے جاتے وقت اور تدفین کے وقت پردہ کا پورا لحاظ رکھنا اور سوائے میرے شوہر نامدار کے اور کسی سے میرے غسل میں مدد نہ لینا۔ تدفین کے وقت زیادہ ہجوم نہ ہونے دینا۔ حضرت اسماءؓ نے کہا: اے بنت رسول ﷺ میں نے حبش میں دیکھا ہے کہ جنازے پر درخت کی شاخیں باندھ کر ایک ڈبے کی صورت بنا لیتے ہیں اور اس پر پردہ ڈال دیتے ہیں۔ آپؓ کہیں تو اس کو پیش کروں یہ کہہ کر خرمے کی چند شاخیں منگوائیں اور ان پر کپڑا تانا جس سے پردہ کی صورت پیدا ہوگئی اور حضرت فاطمہؓ بے حد مسرور ہوئیں یہ بہترین طریقہ ہے۔ (اسد الغابہ جلد 5 ص 534) رمضان المبارک میں اگر میری بہنیں اماں فاطمہؓ کی چادر اوڑھ لیں تو رب کریم آپ کو ہمیشہ سکھ چین کی چادر میں ڈھانپ لے گا۔

حضرت حفصہؓ کا روزے سے پیار ام المومنین حضرت حفصہؓ بھی اس صفت پر سختی سے کاربند تھیں۔ چنانچہ آپؓ اپنا بیشتر وقت عبادت الٰہی عزوجل میں گزارتی تھیں۔ یہاں تک کہ جبرائیلؑ نے بھی آپ کی عبادت کی تعریف فرمائی۔ ایک مرتبہ جبرائیلؑ نے آپ کی شان میں یہ الفاظ حضور اکرم ﷺ کے سامنے کہے: حضرت حفصہؓ بہت عبادت کرنے والی، روزہ رکھنے والی اور جنت میں آپ کی زوجہ ہیں۔ سبحان اللہ! کہ ان کی عبادت کی تعریف حضرت جبرائیلؑ نے بھی کی۔ آپؓ قرآن کریم کی حافظہ تھی اور کثرت سے قرآن کریم کی تلاوت کیا کرتی تھیں نیز آپ اکثر روزے سے رہا کرتی تھیں بلکہ یہاں تک کہ حافظ ابن حجر نے لکھا ہے کہ: حضرت حفصہؓ روزے کی حالت میں فوت ہوئیں۔ (الاصحابہ صفحہ نمبر 265)۔ اور آپ ایسے احسن طریقے سے عبادت کیا کرتی تھیں کہ کثرت صوم وصلوٰۃ سے معروف ابن سعد نے ان کی عبادت کے متعلق لکھا: وہ (یعنی حفصہؓ) صائم النہار اور قائم اللیل ہیں۔ دوسری روایت میں ہے: حضرت حفصہؓ انتقال کے وقت تک صائمہ رہیں۔ ام المومنین حضرت حفصہؓ نہایت عبادت گزار تھیں، وہ گوشہ نشین اور پرہیزگار خاتون تھیں اور آپ کا یہ حال تھا کہ اشد ضرورت کے بغیر کبھی گھر سے باہر قدم نہیں نکالا۔ آپؓ کا زیادہ وقت عبادت میں گزرتا اگرچہ اس زمانے میں جب آپ حضور اکرم حضرت محمد ﷺ کے نکاح میں داخل ہوئیں۔ بالکل جوان تھیں مگر آپؓ میں بزرگوں جیسی سنجیدگی اور علماء جیسا وقار تھا۔ آپؓ کا زیادہ وقت تلاوت قرآن پاک میں صرف ہوتا۔ آپ اس کی باریکیوں کو سمجھتیں، ان پر غور فرماتیں اور جو نقطہ سمجھ میں نہ آتا اس پر حضور اکرم ﷺ سے وضاحت طلب کرتیں۔ حضرت حفصہؓ سخاوت کی دولت سے بھی مالا مال تھیں جو مال آتا اسے اللہ کی راہ میں خرچ کر کے خوشی محسوس کرتیں یہاں تک کہ اپنی جائداد بھی وفات کے وقت اللہ کی راہ میں صدقہ کر دی۔ اگر میری بہنیں روزوں کو زبردستی اور اکتاہٹ کے ساتھ قبول نہ کریں بلکہ خوش دلی کے ساتھ روزے سے پیار کریں تو اللہ قیامت کے دن ہمیں بھی اماں حفصہؓ کے ساتھ کھڑا فرما دے گا۔

حضرت سمیہؓ کا مصائب پر صبر جب ان کے شوہر سختیاں جھیلتے ہوئے شہید ہوگئے تو ابوجہل کے چچا ابوحزیفہ بن مغیرہ نے حضرت سمیہؓ کو ابوجہل کے حوالے کر دیا اور یہ انہیں مختلف طریقوں سے ایذائیں دینے لگا اور نبی کریم ﷺ کو اپنی باتوں اور گالیوں سے ایذاء پہنچاتا۔ ایک رات اس نے حضرت سمیہؓ سے بڑی واہیات باتیں کیں اور کہ تم محمد ﷺ پر اس لیے ایمان لائی ہو کہ ان سے عشق ہو گیا ہے تو جواب میں سمیہؓ نے اسے بڑی سخت بات کہی جس پر وہ آگ بگولہ ہو گیا اور اپنا غصہ اس نے ایسا اتارا کہ حضرت سمیہؓ کو نیزہ مار کر شہید کر دیا اور ان کی روح بارگاہ میں ہنسی خوشی، توحید و رسالت کی گواہی دیتی ہوئی حاضر ہوگئی۔ رمضان المبارک میں تیسرا کام یہ کریں کہ آپ پر کوئی بھی تکلیف، پریشانی آئی ہے تو صحابیاتؓ کی تکالیف کو سامنے رکھیں۔ آپ کی پریشانی روئی کا گالا بن کر ہوا میں اڑ جائی گی۔

حضرت اسماءؓ کا مقام شکر: حضرت اسماءؓ کے شوہر کا فقر انہیں ان کی مدد اور خوشنودی کے لیے کام کرنے سے اور ان کے لیے فرمانبرداری کے اسباب مہیا کرنے سے مانع نہ تھا وہ اپنی خوشی سے سارے کام کرتیں۔ دل ایمان پر مطمئن تھا اور جو اللہ تعالیٰ نے مقدر کر رکھا تھا اس پر قناعت کرتی تھیں اور اس تمام مرحلے میں ان کو توشہ صبر ہوتا تھا۔ اس صبر کا نتیجہ یہ نکلا کہ حالت بدل گئی اور حضرت زبیرؓ کو وسعت و خوشی میسر ہوگئی۔ ان کے شوہر حضرت زبیرؓ فرماتے ہیں کہ ایک مرتبہ میں گھر داخل ہوا تو حضرت اسماءؓ نماز پڑھ رہی تھیں تو میں نے سنا کہ وہ یہ آیت تلاوت کر رہی ہیں تو اللہ تعالیٰ نے ہم پر احسان فرمایا اور ہمیں جھلسنے والے عذاب سے بچایا تو یہ آگ سے پناہ مانگنے لگی۔ میں کھڑا ہو گیا اور وہ مسلسل جہنم سے پناہ کی دعا کرتی رہی جب بہت دیر ہوگئی تو میں بازار چلا گیا اور اس کے بعد وہاں سے لوٹا تب بھی روتے ہوئے جہنم سے پناہ کی دعا کر رہی تھی۔ نفس کا محاسبہ: حضرت اسماءؓ پاکیزہ نفس، ستھرے باطن اور اللہ تعالیٰ سے دل لگائے ہوئے تھیں وہ ہر معاملے میں اپنے نفس کا محاسبہ کرتی تھیں اس کے باوجود اپنے اندر تقصیر محسوس فرماتیں حضرت ابن ابی ملیکہ کہتے ہیں کہ اگر حضرت اسماءؓ کے سر مبارک میں درد ہو جاتا تو وہ سر پر ہاتھ رکھ کر فرماتیں کہ میرے کسی گناہ کی وجہ سے ہے۔ رمضان المبارک میں اللہ پاک کی ایک ایک نعمت کو گن گن کر اس پر شکر ادا کرنا آپ پر اللہ کی رحمتوں اور برکتوں کو بہت زیادہ بڑھا دے گا۔

یا حفیظ یا سلام کے کمالات

ڈاکے سے محفوظ

میرا نام زاہد ہے لاہور کا رہائشی ہوں جب سے یا حفیظ یا سلام وظیفے کے کمالات "الشافیہ" میں پڑھے ہیں میں نے اس وظیفہ کو معمول بنا لیا ہے اور بہت کرم ہو رہا ہے۔ میں دریاؤں اور ویران جگہوں سے ریت نکالنے کا کام کرتا ہوں جس جگہ ہم کام کر رہے ہوتے ہیں وہاں ہمارے علاوہ کوئی بندہ نہیں ہوتا ویرانی ہوتی ہے اور اکثر سانپ بچھو اور کیڑے مکوڑے نظر آتے ہیں اور بعض دفعہ مزدوروں کو نقصان بھی پہنچ جاتا ہے اور کئی بار باڈاکوؤں کے ہاتھوں لٹ بھی جاتے ہیں اور کئی بار ایسے حادثات کا شکار ہو چکا ہوں مگر جب سے میں "الشافیہ" میں "یا حفیظ یا السلام" والا وظیفہ دیکھ کر پڑھنا شروع کیا ہے ہر طرح کی پریشانیوں سے اللہ نے محفوظ کر دیا ہے۔ اور روزی میں بھی برکت آگئی ہے کوئی حادثہ نہیں ہوا اب تک ورنہ روزانہ کوئی نہ کوئی پریشانی آجاتی تھی ٹرالی کا چالان ہونا تو معمولی بات تھی اب اس مصیبت سے بھی محفوظ ہوں الحمدللہ!

حادثے سے محفوظ

میرا نام وقاص ہے اور میں جب بھی گھر سے باہر کسی بھی کام کیلئے جاؤں تو یا حفیظ یا السلام پڑھ لیتا ہوں اس کی برکت سے اللہ حادثے سے محفوظ رکھتا ہے آج میں اپنے بھائی کے ساتھ سامان لینے جا رہا تھا کہ تیز رفتار رکشہ سے ٹکر ہوگئی اور بہت برے طریقے سے ہم فٹ پاتھ پر گرے لوگ اکٹھے ہوگئے اور ہمیں انہوں نے اٹھایا تو ہمیں کوئی چوٹ نہیں آئی تھی۔ یہ سب 11 مرتبہ یا حفیظ یا السلام کے پڑھنے کی برکت سے ہوا کہ ہم جانی نقصان سے بچ گئے۔

سونے سے پہلے پانچ وظائف

حضرت علیؓ کی روایت کے مطابق سونے سے پہلے ۴ مرتبہ الحمد شریف پڑھ لینا، چالیس ہزار دینار صدقہ کرنے کے برابر ہے۔ ۳ دفعہ قل ھو اللہ شریف پڑھ لینا ایک قرآن ختم کرنے کے برابر ہے۔ ۳ بار درود پاک پڑھ لینا جنت کی قیمت ادا کرنے کے برابر ہے۔ ۱۰ بار استغفار پڑھ لینا دو مسلمانوں میں صلح کرانے کے برابر ہے۔ ۴ بار سُبحانَ اللہِ وَالحمدُ للہِ وَلآ اِلٰہَ اِلَّا اللہُ وَاللہُ اکبر۔ وَلاحولَ وَلاقوۃَ اِلَّا باللہِ العلی العظیم پڑھنا ایک حج کے برابر ہے۔

اوریا مقبول جان

مجھے بند آنکھوں سے پڑھیں

شیر شاہ سوری کے بنائے ہوئے پیمائش زمین کے خوبصورت نظام کی بنیاد پر جب انگریز نے برصغیر پاک و ہند میں زمینوں کے ریکارڈ مرتب کرنے شروع کیے تو اس کے دماغ میں ایک طبقے سے شدید نفرت رچی بسی تھی اور وہ تھا اس سرزمین کا مولوی۔ انگریز کی آمد سے پہلے یہ لفظ معاشرے میں اس قدر عزت و توقیر کا حامل تھا کہ بڑے بڑے علماء و فضلاء اپنے نام کے ساتھ مولوی کا اضافہ کرتے ہوئے فخر محسوس کرتے تھے۔ انگریز کی اس طبقے سے نفرت کی بنیاد 1857ء کی جنگ آزادی میں پڑی جس کے سرخیل یہی مسجدوں کے مولوی تھے۔ دلّی کی جامع مسجد سے جہاد کے اعلان نے برصغیر کے مسلمانوں کو اس آخری معرکے کے لیے تیار کیا۔ لیکن یہ تو گزشتہ پچاس سالوں کی وہ جدوجہد تھی جو مسجدوں کی چٹائیوں پر بیٹھ کر دین پڑھانے والے ان مسلمان علماء نے کی تھی۔ ٹیپو سلطان کی شہادت ایسا واقعہ تھا جس نے انگریز کو برصغیر میں قدم جمانے کا موقع فراہم کیا۔ ٹیپو سلطان کی موت کی خبر اس قدر خوش کن تھی کہ آج بھی ایڈنبرا کے قلعہ میں موجود ٹیپو کی نوادرات کے ساتھ یہ تحریر درج ہے کہ اس کی موت پر پورے انگلستان میں جشن منایا گیا۔ اس کے بعد انگریز نے ساری توجہ ان مسلمان مدرسوں کو بند کرنے، ان کو مسمار کرنے اور وہاں پر ہونے والے تدریسی کام پر پابندی لگانے پر مبذول کر دی۔ اسی کے ایک سپوت شاہ عبدالعزیز محدث دہلوی نے 1803ء میں انگریزوں کے خلاف جہاد کا مشہور فتویٰ دیا۔ 1857ء کی جنگ آزادی میں مولانا فضل حق خیر آبادی اور دیگر علماء کی ایک طویل فہرست ہے جنہوں نے مولانا فضل حق خیر آبادی کی قیادت میں جہاد کا فتویٰ جاری کیا۔ 1857ء کی جنگ آزادی کی قیادت علماء کر رہے تھے۔ مولوی کے بارے میں انگریز افواج اور انتظامیہ متفق تھی کہ وہ ان کا شمالی ہند میں سب سے بڑا دشمن ہے۔ آرکائیوز کے اندر موجود دستاویز میں اس مولوی کا جس قدر خوف خط و کتابت میں دکھائی دیتا ہے وہ حیران کن ہے۔ ان کے مقابلے میں ایک دوسرا طبقہ تھا جس کی وفاداریوں نے انگریز کے دل میں اپنی جگہ بنائی تھی۔ یہ تھا خطۂ پنجاب کا زمیندار چوہدری اور نواب جنہوں نے مسلمانوں کی اس جنگ آزادی میں مجاہدین کے خلاف لڑنے کے لیے افرادی قوت فراہم کی۔ یہی نہیں بلکہ ان بڑے بڑے زمینداروں نے اپنے علاقوں میں جس طرح مسلمانوں کا خون بہایا اور انگریز کے خلاف اٹھنے والی ہر آواز کو دبایا وہ تاریخی سچائی ہے۔ پاکستان کی اسمبلیوں میں بیٹھے ہوئے اکثر ممبران کے آباؤ اجداد مسلمانوں کے خلاف اس خونریزی کی قیادت کرتے تھے اور یہاں تک کہ ایک مسلمان جہادی کو مارنے کا معاوضہ صرف چند روپے لیتے تھے۔

پنجاب کی دھرتی کے یہ ''عظیم سپوت'' جن کی اولادیں آج ہماری سیاسی قیادت ہیں انگریز کے اس قدر وفادار تھے کہ جنگ عظیم اول میں جب فوج کی بھرتیاں شروع ہوئیں تو 1914ء میں 28 ہزار میں سے 14 ہزار پنجاب سے بھرتی ہوئے۔ 1915ء میں 93 ہزار میں سے 46 ہزار پنجاب سے اور 1916ء کے آخر تک پورے ہندوستان سے 2 لاکھ 23 ہزار نوجوان انگریز کے لیے لڑنے کے لیے فوج میں بھرتی ہوئے۔ ان میں سے ایک لاکھ دس ہزار پنجاب سے تھے۔ دوسری جانب 1857ء کی جنگ آزادی میں ہزاروں علماء کو پھانسیاں دی گئیں، توپ کے ساتھ باندھ کر اڑا دیا گیا، کالا پانی بھیجا گیا مگر ان کی تحریک زندہ و جاوید رہی۔ 1864ء میں انبالہ سازش کیس میں مولانا جعفر تھانیسری، مولانا یحییٰ کو پھانسی کی سزا سنائی جاتی ہے۔ شوق شہادت کا یہ عالم کہ دونوں سجدہ شکر ادا کرتے ہیں۔ انگریز ڈپٹی کمشنر پارسن اگلے دن آتا ہے اور کہتا ہے ''ہم تم کو تمہاری مرغوب سزا شہادت نہیں دیں گے بلکہ تمہیں تمام زندگی کالا پانی میں کاٹنا ہوگی۔ اس کے بعد یہ مشعل مستقل روشن رہتی ہے۔ 1863ء پٹنہ سازش، 1870ء مالوہ سازش، 1871ء انبالہ سازش، 1870ء راج محل سازش اور ایسی بے شمار سازشوں کے خلاف بغاوتیں برصغیر کے اس مولوی کے سینے کا تمغہ ہیں جو بوریہ نشین تھا۔ انگریز جب ریونیو ریکارڈ مرتب کرنے لگا تو اس نے برصغیر اور خصوصاً پنجاب میں آبادی کو دو حصوں میں تقسیم کر دیا۔ ایک باعزت کاشتکار اور دوسرے غیر کاشتکار، کاشتکاروں میں وہ اعلیٰ نسل نواب، چوہدری، سردار، وڈیرے اور خان شامل تھے جنہوں نے انگریز سے وفاداری کے صلے میں زمینیں، جاگیریں اور جائیدادیں حاصل کی تھیں۔ جب کہ غیر کاشتکاروں میں محنت مزدوری سے رزق کمانے والے لوہار، ترکھان، جولاہے، موچی وغیرہ۔ انھیں عرف عام میں کمی یعنی کمترین کہہ کر پکارا جانے لگا۔ پنجاب میں کمی کمین ایک عام لفظ ہے جو ہر متکبر زمیندار کے منہ پر ہوتا ہے۔ ریونیو (محکمہ مالیات) کے ریکارڈ میں ایک ''فہرست کمیاں'' مرتب کی گئی جس میں لوہار، ترکھان اور موچی، جولاہے کے ساتھ مسلمانوں کی قیادت کے دینی طبقے مولوی کو بھی شامل کر دیا گیا اور پھر گاؤں میں جو تضحیک کی کمینوں کے حصے میں آئی مولوی کو بھی اسی تضحیک کا سامنا کرنا پڑا۔ لیکن اس کے باوجود اس طبقے نے مسجد کی چٹائی سے دین کی مشعل تھامے رکھی۔ ہزاروں دیہاتوں میں یہ واحد پڑھا لکھا فرد ہوا کرتا تھا لیکن بڑے زمیندار جو جاہل اور ان پڑھ تھے ان کی تذلیل سہتا، جوتیوں میں بٹھایا جاتا، کٹائی پر بیگار میں لگایا جاتا مگر کمال ہے اس مرد باصفا کا کہ صبح فجر پر مسجد پہنچتا، چبوترے پر کھڑے ہو کر اذان دیتا، لوگوں کو اللہ کی طرف بلاتا، بچوں کے کان میں اذان دیتا، نکاح پڑھاتا اور اس ظالم چوہدری کے مرنے پر اس کے لیے قرآن بھی پڑھتا اور دعا کے لیے ہاتھ بھی اٹھاتا۔ شہروں میں بھی مولوی کو مسجد کی ڈیوٹی تک محدود کر دیا گیا۔ معاشرے سے اس کا تعلق صرف تین مواقع پر ہوتا ہے۔ پیدائش کے وقت کان میں اذان، شادی کے وقت نکاح خوانی، اور موت پر مرنے والے کا جنازہ اور دعائے مغفرت۔ ملک بھر کی چھوٹی چھوٹی لاکھوں مساجد میں یہ امام ایک مزدور سے بھی کم تنخواہ پر امت کا سب سے اہم فریضہ یعنی اللہ کی جانب بلانا، ادا کر رہے ہیں، بچوں کو قرآن بھی پڑھا رہے ہیں اور پنجگانہ نماز کی امامت بھی۔ کبھی ایک سیکنڈ کے لیے بھی مساجد میں نماز لیٹ نہ ہوئی کہ مولوی اپنے مطالبات کے حق میں ہڑتال پر ہیں۔ اس معاشرے نے جو فرض عین انھیں سونپا انھوں نے معاشرے کے ہر شعبے سے زیادہ حسن و خوبی اور اخلاص کے ساتھ ادا کیا۔ اس سب کے بدلے میں انگریز کے اس تخلیق کردہ معاشرے نے مولوی کو کیا دیا۔ وہ قرآن جس کی تعلیم کو اللہ نے سب سے بہتر تعلیم قرار دیا اور رسول اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم نے ان معلموں اور طالب علموں کو افضل ترین قرار دیا۔ یہ طالب جو اس راستے پر نکلے شام کو ہر دروازے پر دستک دے کر کھانا اکٹھا کرتے ہیں اور پھر جو روکھی سوکھی مل جائے اسے نوش جاں کرتے ہیں۔ عالیشان کوٹھیوں میں رہنے والے اپنے بچوں کو انگریزی، فزکس، کیمسٹری کے لیے ہزاروں روپے ماہانہ دے کر بہترین استاد کا بندوبست کرتے ہیں، لیکن قرآن پڑھانے کے لیے انھیں ایسا مولوی چاہیے جو دو وقت روٹی لے کر خوش اور زیادہ سے زیادہ عید پر ایک جوڑا۔ جنھیں اپنے سگے ماں باپ کو موت کے بعد نہلانا نہیں آتا، اپنے باپ یا ماں کو جہنم کی آگ سے بچانے کے لیے مغفرت کی دعا کے دو حرف پڑھنے نہیں آتے وہ مولوی کا تمسخر اڑاتے رہے۔ اسے تضحیک کا نشانہ بناتے رہے۔ لیکن یہ مولوی اللہ کا بندہ اس معاشرے کی تمام تر ذلت و رسوائی کے باوجود پانچ وقت اللہ کی بڑائی اور سید الانبیا صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی رسالت کا اعلان کرتا رہا۔ وہ اگر سرکار کی کسی مسجد میں ملازم ہوا تو اس کی عزت و توقیر بھی پاؤں تلے روندی گئی۔ کسی اوقاف کے منیجر نے اس کو ہاتھ باندھ کر کھڑا کیا تو دوسری جانب کسی انگریز فوجی یونٹ کے کرنل نے بلا کر کہا، او مولوی تمہیں سمجھ نہیں آتی یہ تم کیا قرآن کے الٹے سیدھے معانی نکالتے رہتے ہو۔ انسان کے بچے بن جاؤ ورنہ کوارٹر بھی بند کر دوں گا۔ تمسخر، تضحیک، ذلت، لطیفے بازی سب اس مولوی کا مقدر تھی اور ہے۔ اب تو اگر کوئی اس حلیے کا شخص کسی چیک پوسٹ پر آ جائے تو دہشتگردی کے شبہ میں تلاشی کے عذاب سے بھی گزرتا ہے۔ لیکن اس سب کے باوجود اس دور کی پر آشوبی میں دین کی اگر کوئی علامت ہے تو اس بوسیدہ سی مسجد کے چھوٹے سے کوارٹر میں رہنے والا مولوی۔ اسلام صرف مولوی کا نہیں ہم سب کا ہے۔ اللہ تعالیٰ قیامت کے روز صرف مولوی سے نہیں پوچھے گا کہ تم نے دین کا علم حاصل کرنے اور پھیلانے میں اپنی ذمے داری ادا کی بلکہ ہر مسلمان سے یہ سوال ہوگا۔ اس سے بھی جو مسلمان کہلاتا ہے لیکن مسلمان بنتا نہیں اور اس سے بھی جو مسجد میں چندہ دے کر یہ سمجھ لیتا ہے کہ دین کا فرض ادا ہو گیا۔ یہ رویہ جو گزشتہ دو سو سال سے انگریز نے اس معاشرے میں پیدا کیا ہے جس نے مولوی کو تمسخر کا نشانہ بنایا ایسے معاشرے میں جب ایک خاتون ۔۔۔ عالم دین اور پابند شرع شخص کو اوئے، ابے، جاہل اور ایسے ذلت آمیز الفاظ سے بلاتی ہے تو تعجب کیسا۔ ایسا وہ معاشرے کے کسی اور طبقے سے کر کے دکھائے۔ زندگی جہنم نہ بنا دیں اس کی، کسی پارٹی کے لیڈر کو اس طرح ذلیل و رسوا کرنے کی کوشش کرے۔ ہر کسی کا زور مولوی پر چلتا ہے۔

الشافی من الجبال

پیٹ درد دور ہو گیا

حضرت رفاعہؓ کہتے ہیں کہ میں نے چربی لے کر نگل لی۔ اس سے میرا پیٹ میں ایک سال تک شکایت رہی اور میں نے رسول اللہ ﷺ سے اس کیا ذکر کیا تو آپ ﷺ نے اپنا دست اقدس میرے پیٹ پر پھیرا اور میں نے قے کی تو وہ چربی تازہ برآمد ہوئی۔ اس کے بعد اب تک میرے پیٹ میں کبھی شکایت نہیں ہوئی۔ (بیہقی، ابونعیم)

ہاتھ کی تکلیف دور ہو گئی

حضرت جریدؓ کہتے ہیں کہ انہوں نے بائیں ہاتھ سے کھانا کھایا تو رسول اللہ ﷺ نے ان سے فرمایا: دائیں ہاتھ سے کھاؤ۔ انہوں نے عرض کیا: اس ہاتھ میں تکلیف ہے: تو حضور اکرم ﷺ نے اس پر دم فرمایا، پھر ان کی وفات تک اس ہاتھ میں کوئی تکلیف نہ ہوئی۔ (طبرانی)

کھوپڑی کا زخم درست ہو گیا

حضرت عبداللہ بن انیسؓ کہتے ہیں کہ ایک یہودی نے میرے سر پر تلوار ماری اور میرے سر کی ہڈی یا اس کے اوپر کا پردہ شق ہو گیا میں نے زخم نبی کریم ﷺ کو دکھایا۔ آپ ﷺ نے زخم کھول کر اس پر پھونک ماری اور ساری تکلیف مجھ سے دور ہو گئی۔ (طبرانی)

مجنون بچہ سب سے زیادہ عقل مند ہو گیا

حضرت وازعؓ، رسول اکرم ﷺ کی بارگاہ میں ایک مجنون بچے کو لے کر آئے آپ ﷺ نے اس بچے کے چہرے پر ہاتھ پھیرا۔ اس کے لیے دعا فرمائی۔
حضور اکرم ﷺ دعا کی بعد میں کوئی شخص اس بچہ سے زیادہ عقلمند نہ ہوا۔ (ابونعیم)۔

پیٹ کا پھوڑا ٹھیک ہو گیا

نبی کریم ﷺ کے پاس ایک شخص آیا اور اس نے اپنے درد کی شفایابی کی درخواست کی۔ اس کے پیٹ پھوڑا تھا۔ تو نبی کریم ﷺ نے مٹی کا ڈھیلا لیا اور اس پر لعاب دہن اقدس ملا کر دے کر فرمایا: اسے پانی میں گھول کر پی لینا۔ تو اس نے ایسا ہی کیا اور وہ ٹھیک ہو گیا۔ (ابونعیم)

بضاعہ کنویں کا پانی شافی الامراض

ایک مرتبہ رسول اللہ ﷺ کے کنویں پر تشریف لائے آپ ﷺ نے ڈول میں پانی لے کر وضو کیا اور وہ پانی کنویں میں ڈال دیا۔ حضور اکرم ﷺ کے عہد مبارک میں جب کوئی بیمار ہوتا تو آپ ﷺ فرماتے: بضاعہ کے پانی سے اسے غسل دو۔ جب وہ غسل کرتا اور وہ ایسا ہو جاتا گویا اسے رسی سے جکڑ رکھا تھا جیسے کھول دیا گیا، یعنی شفایاب ہو جاتا۔ (ابن سعد)

حضرت جابر شفایاب ہو گئے

حضرت جابر ﷺ کہتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ اور حضرت ابوبکرؓ میری عیادت کے لیے تشریف لائے آپ ﷺ نے مجھے دیکھا کہ میں کسی کو پہچانتا نہ تھا اس پر حضور ﷺ نے پانی طلب فرمایا اور وضو کر کے وہ پانی مجھ پر چھڑکا اور میں اچھا ہو گیا۔ (بخاری، مسلم)

پھیلی ہوئی پنڈلی ٹھیک ہو گئی

حضرت معاویہ بن حکمؓ کہتے ہیں کہ ہم رسول اللہ ﷺ کے ساتھ تھے۔ میرے بھائی بن حکمؓ نے اپنے گھوڑے کو خندق سے کودایا۔ تو خندق کی دیوار سے ان کی پنڈلی پھیلی گئی تو ہم ان کو اپنے گھوڑے پر رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں لائے اور حضور اکرم ﷺ نے ان کی پنڈلی پر اپنا دست مبارک پھیرا تو وہ گھوڑے سے اترنے سے پہلے اچھے ہو گئے۔ (معرفۃ الصحابہ)

عشرہ مبشرہ صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین

(1) [illegible]

نام۔۔۔۔عبداللہ
لقب۔۔۔۔صدیق وعتیق
کنیت۔۔۔۔ابوبکر
والد کا نام۔۔۔عثمان (ابوقحافہ)
والدہ کا نام۔۔۔سلمی (ام الخیر)
تاریخ پیدائش۔۔ آپ ﷺ کے پیدائش سے دوسال چند ماہ بعد
تاریخ وفات۔۔22 جمادی الثانی 13ھ
مدت خلافت۔۔2 سال و 3 ماہ

(2) [illegible]

نام۔۔۔۔عمر
لقب۔۔۔ فاروق
کنیت۔۔۔ ابوحفص
والد کا نام۔۔۔خطاب
والدہ کا نام۔۔۔حنتمہ
تاریخ پیدائش۔ 583م مکہ میں
تاریخ وفات۔۔۔1 محرم الحرام 23ھ
مدت خلافت۔۔10 و 6 ماہ

(3) [illegible]

نام۔۔۔۔۔عثمان
لقب۔۔۔۔ذوالنورین
کنیت۔۔۔۔ابوعبداللہ
والد کا نام۔۔۔عفان
والدہ کا نام۔۔۔اروی
تاریخ پیدائش۔۔576م۔
تاریخ وفات۔۔۔18 ذوالحجہ بروز جمعہ
مدت خلافت۔۔۔12 سال

(4) [illegible]

نام۔۔۔۔۔۔علی
لقب۔۔۔مرتضی۔اسداللہ
کنیت۔۔۔۔ابوالحسن۔ابوتراب
والد کا نام۔۔۔عبدمناف۔(ابوطالب)
والدہ کا نام۔۔۔فاطمہ
تاریخ پیدائش۔۔۔بعثت سے 10 سال پہلے
تاریخ وفات۔۔۔21 رمضان 40ھ
مدت خلافت۔۔۔4 سال و 9 ماہ

(5) [illegible]

نام۔۔۔۔۔۔سعد
لقب۔۔۔۔ ۔فارس اسلام
کنیت۔۔۔۔۔ابواسحاق
والد کا نام۔۔۔مالک۔معروف بہ ابی وقاص
والدہ کا نام۔۔۔۔حمنہ
تاریخ پیدائش۔۔ہجرت سے 23 سال پہلے
سال وفات۔۔۔55ھ

(6) [illegible]

نام۔۔۔۔۔۔۔[illegible]
کنیت۔۔۔۔۔۔ابوالاعور
والد کا نام۔۔۔۔زید
والدہ کا نام۔۔۔۔فاطمہ
تاریخ پیدائش۔۔۔۔ہجرت سے 27 پہلے
سال وفات۔۔۔۔51ھ

(7) [illegible]

نام۔۔۔۔۔۔عامر
لقب۔۔۔۔امین امت۔امیر الامراء
کنیت۔۔۔۔۔ابوعبیدہ
والد کا نام۔۔۔۔۔عبداللہ بن جراح
تاریخ پیدائش۔۔۔۔۔ہجرت سے 40 سال پہلے
سال وفات۔۔۔۔۔81ھ

(8) [illegible]

نام۔۔۔۔۔ ۔۔۔طلحہ
لقب۔۔۔طلحہ الخیر۔طلحہ الفیاض۔طلحہ الجواد
کنیت۔۔۔۔۔۔ ابومحمد
والد کا نام۔۔۔۔عبیداللہ
والدہ کا نام۔۔۔۔۔صعبہ
تاریخ پیدائش۔۔۔۔۔596م ہجرت سے 28 سال پہلے
سال وفات۔۔۔۔5 جمادی الثانی 36ھ
جنگ جمل میں 656م

(9) [illegible]

نام۔۔۔۔۔۔۔زبیر
لقب۔۔۔۔۔ ابوعبداللہ
کنیت۔۔۔۔ ۔۔حواری رسول ﷺ
والد کا نام۔۔۔۔ عوام
والدہ کا نام۔۔۔۔۔صفیہ
تاریخ پیدائش۔۔۔ ہجرت سے 28 سال پہلے
تاریخ وفات۔۔۔5 جمادی الثانی 36ھ

(10) [illegible]

نام۔۔ ۔۔۔۔ عبدالرحمن
کنیت۔۔۔۔۔۔ابومحمد
والد کا نام۔۔۔۔عوف
والدہ کا نام۔۔۔۔۔شفاء
تاریخ پیدائش۔۔ ۔۔ہجرت سے 44 پہلے
سال وفات۔۔۔۔۔۔32ھ

فضائل وفوائد درود پاک

فضائل درود پاک مختلف بزرگان دین۔محدثین نے بہت سی کتب میں بیان فرمائے ہیں جس میں جذب القلوب از شیخ المحدثین شاہ عبد الحق دہلوی علامہ امام حافظ الحدیث شمس الدین سخاوی قدس سرہ العزیز نے القول البدیع میں بیان فرمائے ہیں ان میں سے چند قارئین کی نذر کرتا ہوں۔واضح رہے 1-27 ربیع الاول اور 28-46 ربیع الثانی اور 47-65 جمادی اول اور 66-84 مارچ میں شائع ہو چکے ہیں۔

85۔حضرت علیؓ سے روایت ہے کہ نبی کریم ﷺ نے فرمایا کہ جو شخص فرض حج کرے اور اس کے بعد ایک جہاد کرے تو اس کے جہاد کا ثواب چار صد حج کا لکھا جاتا ہے۔جو جہاد پر قدرت نہیں رکھتے تھے ان کے دل ٹوٹ گئے اللہ تعالیٰ نے اپنے حبیب کو وحی بھیجی کہ آپ پر جو درود شریف پڑھے گا تو اس کا ثواب چار سو جہاد کا لکھا جائے گا اور جہاد کا ثواب چار سو حج کے برابر لکھا جائے گا۔(راحت القلوب)

86۔حضرت موسیٰؑ کو اللہ تعالیٰ نے فرمایا" جو کچھ میں نے تجھے دیا ہے اسے پکڑ لو اور شکر ادا کرو اور مرتے دم تک میری توحید اور محبت محمد ﷺ پر رہنا۔

87۔حضرت موسیٰؑ کو ارشاد ہوا محمد ﷺ وہ ہیں جس کا نام گرامی آسمان و زمین کی پیدائش سے دو ہزار برس پہلے عرش پر لکھا گیا۔اگر تو میری بارگاہ میں قرب چاہتا ہے تو ان پر کثرت سے درود پڑھا کرو۔

88۔حضرت موسیٰؑ کو ارشاد باری تعالیٰ ہوا کہ اے موسیٰ اگر تو چاہتا ہے کہ تجھ سے اتنا قریب ہو جاؤں جتنا تیری زبان سے تیرا کلام اور جتنا تیرے دل سے خطرات اور تیرے بدن سے اس کی روح، تیری آنکھ سے اس کی روشنی تو موسیٰؑ نے عرض کیا، یا اللہ ضرور بتائیے۔ارشاد ہوا ہے میرے محبوب پر کثرت سے درود پڑھا کرو(جذب القلوب امام غزالیؒ وافضل الصلوۃ صفحہ 49)

89۔درود پاک کثرت سے پڑھنے والے کا چہرہ اس طرح چمکتا ہے جیسے چودھویں رات کا چاند(جذب القلوب)

90۔درود پاک کثرت سے پڑھنے والے پر جب بھی کوئی مصیبت نازل ہوئی تو محبوب ﷺ فریاد کو پہنچتے ہیں۔

91۔جو کسی چیز کو دوست رکھتا ہے اس کی یاد بہت کرتا ہے۔سب سے افضل محبوب خدا ﷺ کا ذکر پاک بصورت درود شریف ہے جسے اللہ تعالیٰ خود یاد کرتا ہے۔محبوب خدا ﷺ پر کثرت درود پاک پڑھنے والا محبوب خدا کا محبوب بن جاتا ہے۔

92۔درود تاج شریف کے ورد سے بانجھ عورتوں کو اولاد نصیب ہوتی ہے۔

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا [illegible] صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا [illegible] صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا [illegible] صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا سِرَاجٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا مُنِيْرٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا [illegible] صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا مُكَرَّمٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا مُبَشِّرٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا مُذَكِّرٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا مُطَهَّرٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا قَرِيْبٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا خَلِيْلٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا مَدْعُوٍّ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا جَوَادٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا عَادِلٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا خَاتِمٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰى سَيِّدِنَا شَهِيْدٍ صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَعَلٰى اٰلِهٖ وَاَصْحَابِهٖ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ

خصوصی خطاب

محفلِ ذکرِ الٰہی و مصطفیٰ ﷺ

تاجدارِ سلسلہ عالیہ شافیہ مدظلہ علیہ

شیخ ابو عبداللہ حامد شافی

آخر الشافیہ ہی کیوں؟

سوال یہ ہے کہ سینکڑوں دینی رسائل موجود ہونے کے باوجود "الشافیہ" کو کیوں متعارف کروایا گیا ہے؟ بازار میں موجود سینکڑوں دینی رسائل پر آپ ایک نگاہ ڈالیں تو آپ پر حقیقت عیاں ہو جائے گی۔ کہ دینی رسائل دین کی خدمت یا اُمت کی اصلاح کے لیے نہیں بلکہ "دنیا کمانے، دنیا بنانے" کے لیے دھڑا دھڑ چھاپ اور بیچے جا رہے ہیں۔ (۱) کوئی دینی رسالہ نام پر بدعقیدگی پھیلا رہا ہے۔ (۲) کوئی دینی رسالہ کے نام پر فرقہ واریت کو پروان چڑھا رہا ہے۔ (۳) کوئی دینی رسالے نام پر جادو ٹونے کا عمل کر رہا ہے۔ (۴) کوئی دینی رسالے نام پر جعلی پیر بیچ رہا ہے یا مردانہ کمزوری کی دوائیوں کے نام پر "موت" بانٹ رہا ہے۔ (۵) کوئی دینی رسالے نام پر اشتہارات چھاپ کر دنیا بنا رہا ہے۔ اس لیے ایک جامع دینی رسالہ (جس میں دین اور دنیا دونوں) کے خلا کو پُر کرنے اور اُمت کی اصلاح کے جذبے سے رسالہ "الشافیہ" کو متعارف کروایا گیا ہے۔

فرمانِ نبوی ﷺ تم دوسروں کے دکھ بانٹتے جاؤ۔ رب کریم تمہارے دکھ مٹاتا جائے گا۔ **فرمانِ شافی** ہر اُمتی تک حق کو پہنچانا (اللہ اور اس کے محبوب ﷺ کی محبت اور اولیاء اللہ کی غلامی) اسلئے آپ "الشافیہ" خرید کر خود بھی پڑھیں اور اپنے دوست احباب میں تقسیم کریں تا کہ ہم سب مل کر اس بے دینی کے طوفان کا ڈٹ کر مقابلہ کر سکیں۔

یاد رہے "الشافیہ" ہر قسم کی فرقہ واریت، تعصب اور دنیاوی آلائشوں سے پاک ہے اس لئے دین سیکھنے سکھانے، ڈبہ پیروں، جاہل عالموں سے جان چھڑانے کیلئے **الشافیہ** بہت ضروری ہے کیونکہ یہ مکمل فیضان سیدنا و مولانا شافی ﷺ ہم ہے۔

قارئین! آپ جو تحریریں "الشافیہ" کے لئے بھیجیں تو درج ذیل باتوں کا خیال کریں۔ ۱) اگر تحریر ذاتی ہے، خود تحریر کی ہے تو واضح لکھیں "یہ میری ذاتی تحریر ہے"۔ ۲) اگر تحریر کسی کتاب سے لی ہے تو کتاب اور مصنف کا نام ضرور لکھیں۔ ۳) اگر تحریر میں قرآنی آیات حدیث مبارکہ ہیں تو حوالہ ضرور لکھیں۔ ۴) تحریر کے نیچے اپنا نام مکمل پتہ اور موبائل نمبر ضرور لکھیں تا کہ بوقت ضرورت رابطہ کیا جا سکے۔ "یاد رہے! مسلک پرستی یا فرقہ واریت پر مبنی کوئی بھی تحریر "الشافیہ" میں نہیں چھاپی جائے گی" "ادارہ"

خانقاہ شافیہ المعروف دار الشفاء بالمقابل ٹیلی فون ایکسچینج، بوسن روڈ ملتان پاکستان

رابطہ برائے معلومات

محمد زاہد شافی: 03070170311 فاروق احمد شافی: 03029333303

facebook.com/silsalahealiya.shaafia 03136023366 (only Text No Call)

عصرِ حاضر کا نعتیہ منظر نامہ

Quarterly **NAAT NEWS** Karachi

سہ ماہی **نعت نیوز** کراچی

FALAK
BASMATI RICE
رمضان کریم
اسکریچ کیجئے اور جیتئے۔
عمرہ ٹکٹ
فلک رائس پریمیئم، سلیکٹ اور اسپیشل کے
ہر 5 کلوگرام پیک پر
Ramadan Offer
FALAK
PREMIUM
The Authentic Flavour of
5kg
FALAK
* Offer Valid till 30th September, 201
Matco
since 1964
www.matcorice.com

عصر حاضر کا نعتیہ منظر نامہ

NAAT NEWS

سہ ماہی نعت نیوز کراچی

جلد نمبر 2 | شمارہ نمبر 3 | ستمبر تا نومبر 2011ء

فہرست

عنوان	صفحہ	عنوان	صفحہ
وحی منظوم	3	شہید عشق رسول ﷺ مظفر وارثیؒ	37
اداریہ	5	رحلت	41
حمد و نعت	7	انٹرویو: صدیق اسماعیل	51
منقبت	10	سی ڈی کارنر	57
دہشت آثار	12	تعارف: سیدہ امامہ واحد	71
حمد باری تعالیٰ (کچھ سوال کچھ ضابطے)	13	تعارف: محمد آصف منیر	72
نعت خوانی کے بعض اساسی محرکات	15	تعارف کتب	75
مروجہ جلسے ایک بے لاگ تجزیہ	19	سہ ماہی نعت نیوز پر ایک نظر	86
میڈیا راؤنڈ اپ	23	مراسلات	93
انٹرویو۔ نور محمد جرال	31	بقیہ	94
		عطیات کتب	95

0332-8245978

ملنے کا پتہ

کراچی	مکتبہ رضویہ آرام باغ
لاہور	مکتبہ نبویہ گنج بخش روڈ
فیصل آباد	شمع بک اسٹال بیرون بھوانہ بازار
ناشر	اشرفی انٹرپرائزز کراچی ہاؤس نمبر 876 بلاک نمبر 2 شاہ فیصل کالونی کراچی
فون	0300-2903839 0321-8200876

قیمت 150 روپے

Web @
www.naatnews.com

E-mail@
naatnews@gmail.com

سہ ماہی نعت نیوز

سفیرانِ نعت نیوز

ڈاکٹر رضا مرزا
(امریکا/کینیڈا)

سید ریحان
(ابوظہبی۔ یو اے ای)

علیم الدین علیم
(میرپور خاص)

محمد علی
(جھنگ)

اداریہ!

معزز قارئین! السلام علیکم ورحمۃ اللہ برکاتہٗ

سہ ماہی نعت نیوز کا تازہ شمارہ آپ احباب کے ہاتھوں میں موجود ہے۔ نعت نیوز کی طباعت میں تعطل یقیناً میرے ساتھ ساتھ آپ احباب کے لیے بھی ناگوار ہے جس کے لیے میں آپ سے معذرت خواہ ہوں۔ وجوہات یقیناً ایسی رہیں کہ جس سے تمام لوگ ہی واقف ہیں کیونکہ ملکی سیاسی اور معاشی حالات نے جہاں پورے ملک کے ہر ایک طبقے کو متاثر کیا ہے وہیں ہم بھی ان حالات سے زیر اثر رہے۔ بہر حال شکر الحمد للہ تمام تر رکاوٹوں اور پریشانیوں کو عبور کرتے ہوئے ایک دفعہ پھر نعت نیوز کی باقاعدہ اشاعت کے لیے کمر بستہ ہو گئے ہیں جس کے لیے ہم محبان نعت سے دعاؤں اور تعاون کے طلبگار ہیں۔

ربیع النور کا بابرکت مہینہ اور گیارہویں شریف اس دوران آئے۔ ایک خاص بات جو میں نے محسوس کی وہ یہ کہ ان مبارک مہینوں میں محافل نعت کا جس طور پر اہتمام کیا جاتا تھا گلی گلی، قریہ قریہ، شہر شہر روزانہ کئی کئی محافل کا اہتمام ہوتا تھا۔ لیکن اس سال محافل کے انعقاد میں کافی کمی محسوس ہوئی۔ شاید اس کی وجہ ملک میں جاری دہشت گردی کی فضا یا لوگوں کے معاشی مسائل ہو سکتے ہیں۔ لیکن ان وجوہات کے باوجود جو بات مجھے محسوس ہوتی ہے وہ یہ ہے کہ آج کل نعت خوانی میں گلیمر اور شخصیت پرستی آ گئی ہے۔ لوگ محافل کے لئے نامور ثنا خوانوں سے وقت لینا چاہتے ہیں جو کہ ان مہینوں میں ملک میں موجود نہیں ہوتے اور بیرون ممالک سفر پر ہوتے ہیں جس کی وجہ سے کئی لوگ محافل کے انعقاد کا ارادہ ملتوی کر دیتے ہیں۔ یہ ان ملک محافل کا انعقاد یقیناً خوش آئند عمل ہے لیکن میں منتظمین محافل سے گزارش کرنا چاہوں گا کہ وہ شخصیات اور نامور ثنا خوانوں کے انتظار کے بجائے جو ثنا خواں ملک میں موجود ہوں ان کی موجودگی سے استفادہ کرتے ہوئے محافل کا انعقاد ضرور کریں۔ اور غیر ضروری اخراجات سے گریز کرتے ہوئے صرف اللہ اور اللہ کے حبیب (ﷺ) کی خوشی اور رضا کے لیے محافل کا انعقاد کریں۔

نعت نیوز کا تازہ شمارہ رمضان المبارک کے بابرکت مہینے میں جلوہ گر ہو رہا ہے۔ اس ماہ مبارک میں نعت خوانی کے اہتمام کے ساتھ ساتھ ہوتا ہے اور الیکٹرانک میڈیا میں بھی نعت خوانوں کی خاصی مصروفیات رہتی ہیں۔ اس حوالے سے تمام احباب سے گزارش ہے کہ اپنی محافل اور میڈیا راؤنڈ اَپ کے لیے رپورٹس ارسال کریں تا کہ اس ماہ مبارک میں وابستگان نعت کی دستاویز تیار کی جاسکے اور اسے آئندہ آنے والے شمارے میں شامل اشاعت کیا جاسکے۔ حالیہ کچھ پروگرامز کی رپورٹ اس شمارے میں شامل کی جا رہی ہے۔

ادارے کی ہمیشہ کوشش رہی ہے کہ نعت نیوز تمام محبان نعت کے ترجمان کی حیثیت سے منظر عام پر آئے لیکن اس امر کے لیے ضروری ہے کہ تمام احباب بھی اس سلسلے میں تعاون فرمائیں کیونکہ بہت سے احباب نعت نیوز کو جانبدار کہتے تو ہیں لیکن ہمیشہ انہوں نے اپنی رپورٹس یا دیگر اشاعتی مواد ادارے کو فراہم کرنے سے گریز کیا ہے جس کے باعث وہ تمام احباب نعت نیوز کے منظر نامے سے غائب ہیں۔ میں اس اداریے کے ذریعے ایک دفعہ پھر اپنے تمام دوستوں اور وابستگان نعت سے گزارش کروں گا کہ وہ نعت نیوز کی اشاعت میں تعاون فرمائیں کیونکہ آپ کی جانب سے فراہم کردہ اشاعتی مواد ہی نعت نیوز کی زینت بنتا ہے۔

حالیہ دنوں میں ایک بات اور دیکھنے میں آئی ہے کہ اب نعت خواں باقاعدہ گروپ بندی کرتے دکھائی دیتے ہیں، ان گروپ بندیوں کو مختلف نام دیا جا رہا ہے، کبھی نعت خواں کسی مواصلاتی ادارے کے نام پر تو کبھی اپنی وضع قطع کی بنیاد پر علیحدہ گروپ بندی کرتے دکھائی دیتے ہیں۔ اس طرح کے عوامل یقیناً شعبہ نعت سے وابستہ افراد کے لئے مناسب نہیں۔ میری ایسے تمام احباب سے گزارش ہے کہ وہ ان نامناسب رویوں سے کنارہ کشی کرتے ہوئے اور آپس کی دوریوں کا خاتمہ کر کے صرف حضور اکرم ﷺ کی خوشنودی کے لئے یکجا ہو جائیں۔

گزشتہ دنوں مزارات اولیاء پر بم دھماکے ہوئے جس میں حضرت داتا علی ہجویریؒ اور حضرت عبداللہ شاہ غازیؒ کے مزارات شامل ہیں۔ ان بم دھماکوں کی مذمت ملک کے ہر علمی، سماجی، مذہبی حلقے نے کی۔ یقیناً یہ عمل قابل مذمت ہے۔ اس حوالے سے نعت نیوز کے اس شمارے میں عارف مہجور رضوی کا ایک کلام شائع کیا جا رہا ہے۔

نعت نیوز کا حالیہ شمارہ نئی جلوہ سامانیوں لیے ہوئے ہے اور اس شمارے کو چند نئی طباعتی تبدیلیوں اور نئے Out Look کے ساتھ پیش کیا جا رہا ہے، بالخصوص ہر حصے (Sagments) کو الگ تقسیم کے ساتھ پیش کیا جا رہا ہے، اُمید ہے قارئین اس تبدیلی کو پسند فرمائیں گے۔

نعت نیوز فورم کا تعارف بھی التوا کا شکار ہے۔ ان شاء اللہ یہ سلسلہ بھی جلد شروع کیا جائے گا۔ محبان نعت سے نعت نیوز کی ترقی کی دعا کی استدعا ہے۔

والسلام
محمد زکریا شیخ الاشرفی

اگست 2011ء بمطابق رمضان المبارک ۱۴۳۲ھ

چاند روشن چمکتا ستارہ رہے
سب سے اونچا یہ جھنڈا ہمارا رہے

شاہ فیصل ٹاؤن اس عزم کا اظہار کرتا ہے کہ اپنے مکینوں کی سہولت کے لئے بہتر سے بہتر بلدیاتی خدمات پیش کرتا رہے گا اور وطن عزیز کو عظیم سے عظیم تر بنانے میں اپنے فعل کردار ادا کرتا رہے گا۔

مقامی حکومت کا نظام علاقائی ترقی اور عوامی مسائل کے حل کی ضمانت ہے۔

مقامی حکومتوں کے نظام کی بحالی پر عوام کو مبارکباد

ایڈمنسٹریٹر شاہ فیصل ٹاؤن

ٹاؤن میونسپل ایڈمنسٹریشن شاہ فیصل ٹاؤن، کراچی

وحی منظوم

بسم اللہ الرحمن الرحیم

الحمد للہ رب العلمین ۝ الرحمن الرحیم ۝

ملک یوم الدین ۝ ایاک نعبد وایاک نستعین ۝

اھدنا الصراط المستقیم ۝ صراط الذین انعمت

علیھم ۝ غیر المغضوب علیھم ولا الضآلین ۝

اللہ کے نام سے شروع جو بہت ہی مہربان رحم [illegible]

ترجمہ: سب تعریفیں اللہ کے لیے جو مرتبہ کمال تک پہنچانے والا ہے سارے جہانوں کا۔ بہت [illegible] فرمانے والا۔ مالک ہے روز جزا کا۔ تیری ہی ہم عبادت کرتے ہیں اور تجھ ہی سے مدد چاہتے ہیں۔ [illegible] راستے پر راستہ ان کا جن پر تو نے انعام فرمایا نہ ان کا جن پر غضب ہوا [illegible]

کر رہا ہوں اس کے نام پاک سے میں ابتدا [illegible]
[illegible]
[illegible] فقط تیرے لیے حمد و ستائش اے خدا
تو ہی رب [illegible] اور تو ہی ہے رب [illegible]
سارے [illegible] خالق [illegible] تیرے [illegible]
پرورش [illegible] سارے [illegible] میں تیری [illegible]
مہرباں ہم سب پہ تو ہے رحم [illegible]
تجھ کو ہی ہم مانتے ہیں مالک [illegible]
ہم عبادت تیری ہی کرتے ہیں "ہر دم اے خدا!"
ہم تجھی سے طالب امداد ہیں "صبح و مسا"
ہم کو سیدھی راہ پر چلنے کی قدرت کر عطا
ان کی رہ پر جن پہ تو فضل و کرم کرتا رہا
جو ترے مغضوب ہیں، جن پر ترا غصہ رہا
ہم کو ان گمراہ لوگوں کے نہ رستے پر چلا!
(آمین)

لیث قریشی

[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible]
[illegible] تیری ہی عبادت ہم
[illegible] چاہتے ہیں تجھ ہی سے
اس رہ راست پہ چلا ہم کو
جس پہ انعام پانے والے چلے
اور اُس راہ سے بچا ہم کو
جس پہ مغضوب لوگ چلتے رہے
اپنے لطف عمیم سے یا رب
ہم کو [illegible] رکھ بھٹکنے سے

نرگس شیخ

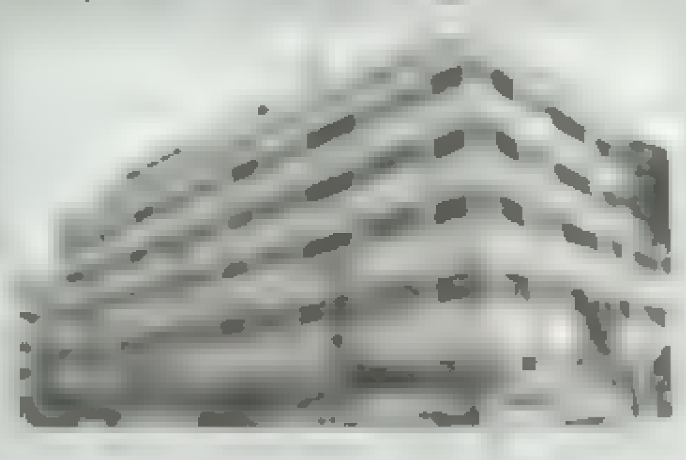
ساری تعریفوں کے لائق ہے وہ رب العالمیں
جس کی رحمت کے سمندر کا کنارا ہی نہیں
اس جہاں میں بھی وہی ہر ایک کا ہے کار ساز
مالک روزِ جزا بھی ہے وہی جان آفریں
ہم فقط تیری ہی کرتے ہیں عبادت اے خدا!
اور تجھ ہی کو سمجھتے ہیں مددگار و معیں
اپنے ان بندوں کا سیدھا راستہ ہم کو دکھا
جن پہ خوش تھا، جن پہ تیری نعمتیں ہوتی رہیں
دور رکھ اُن سے جو ہیں قہر و غضب میں مبتلا
اور اُن سے جن کو بھٹکاتا ہے شیطاں لعیں
اس ظہور بے نوا کی یہ دعا مقبول ہو!
تو ہی سنتا ہے دعائیں یا الہ العالمیں

حافظ محمد ظہور الحق

AL-MUSTAFA WELFARE SOCIETY

المصطفیٰ ویلفیئر سوسائٹی

ایس ٹی 1، بلاک C-13 گلشن اقبال، کراچی۔ فون: 7-021-34820101 فیکس: 021-34820110 Email : almustafa@cyber.net.pk



الحمدللہ، المصطفیٰ ویلفیئر سوسائٹی کا شمار پاکستان کی معتبر ترین سماجی و فلاحی تنظیمات میں ہوتا ہے۔ یہ سب حضور اکرم ﷺ کے نام کی برکت، ہمارے معاونین و کارکنان کے اخلاص اور انتھک محنت کا نتیجہ ہے۔ یوں تو انسانیت اس قدر مسائل میں گھری ہوئی ہے جس کے تصور سے ہی انسان کے رونگٹے کھڑے ہو جاتے ہیں، بہر نوع المصطفیٰ نے صحت، تعلیم اور سماجی خدمات کی طرف اپنی توجہ مرکوز کر رکھی ہے۔ اپنی معمول کی خدمات کے ساتھ ساتھ المصطفیٰ نے قومی سانحات کے موقع پر بھی جو خدمات سرانجام دی ہیں انکو ملکی و بین الاقوامی سطح پر سراہا گیا، مثلاً 2005ء کا زلزلہ اور 2010ء کا طوفانی سیلاب۔

ان خدمات کو جاری رکھنے اور ان کا دائرہ کار وسیع کرنے کیلئے المصطفیٰ کو آپ کے عملی تعاون کی ضرورت ہے، خود بھی تعاون فرمائیں اور اپنے احباب کو بھی اس کارِ خیر کی طرف متوجہ فرمائیں۔ المصطفیٰ کے کسی بھی سینٹر کا آپ خود یا اپنے نمائندے کے ذریعہ معائنہ فرمائیں۔

آیئے! کرب میں مبتلا لوگوں کی تکالیف دور کرنے کیلئے ہم مشترکہ جدوجہد کریں اور اس معاشرے کے کچھ دُکھ درد ہم بھی بانٹ لیں۔ اللہ کرے کہ ہماری مشترکہ کوششوں سے کسی اُداس چہرے پر مسکراہٹ آجائے۔

اپنے عطیات، زکوٰۃ، صدقات ہمارے بینک اکاؤنٹ میں جمع کروا سکتے ہیں [illegible] رسید بھی حاصل کی جا سکتی ہے۔ المصطفیٰ کو دیئے گئے تمام عطیات انکم ٹیکس سے مستثنیٰ ہیں۔

شکریہ والسلام

محمد حنیف طیب

haniftayyab@almustafa.pk

کٹے ہونٹ اور تالو کا مفت آپریشن

JOIN HANDS

DONATIONS ARE ACCEPTED IN FAVOUR OF

AL-MUSTAFA WELFARE SOCIETY (Trust)

ACCOUNT # 0011-1001652687 SWIFT CODE: ALFHPKKAGIK

BANK ALFALAH LIMITED Gulshan-e-Iqbal Branch, Karachi.

حمد باری تعالیٰ

ہونٹوں پہ میرے تیری ثنا ہے، تیری نوازش تیری عطا ہے
میرا مقدر سنورا ہوا ہے، تیری نوازش تیری عطا ہے
دنیا کے رنگیں جالوں سے بچ کر، شیطاں کی سنگیں چالوں سے بچ کر
در سے ترے جو لپٹا ہوا ہے، تیری نوازش تیری عطا ہے
شمس و قمر میں تیری ضیائیں، حکم سے تیرے رقصاں ہوائیں
جس شے کے دامن میں جو ادا ہے، تیری نوازش تیری عطا ہے
سوکھے درختوں پر پھل لگے ہوں، بے برگ پودوں پر گل کھلے ہوں
[illegible] سے ہٹ کر جو ہو رہا ہے، تیری نوازش تیری عطا ہے
[illegible] آنکھوں کا دیکھ پڑنا
[illegible] تیری نوازش تیری عطا ہے
[illegible] یہاں کی نعمت
[illegible] تیری نوازش تیری عطا ہے
[illegible] ہے
[illegible] تیری نوازش تیری عطا ہے
تجھ سے نہ بگڑے، تجھ سے نہ اُلجھے، تیری رضا سے ہٹ کر نہ سوچے
منظر کی ایسی جو بھی دعا ہے، تیری نوازش تیری عطا ہے

منظر عارفی (کراچی)

نعت رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم

یا نبی آپ کا جس وقت اشارہ ہوگا
پھر یقیناً ہمیں طیبہ کا نظارہ ہوگا
موت تو اس لئے لگتی ہے بھلی ہم کو بہت
بعد مرنے کے تو دیدار تمہارا ہوگا
ان کا کہلاتے ہوئے پھر بھی سہوں رنج و الم
اب کہاں تیرے سوا میرا گزارا ہوگا
جب مقدر سے مدینے میں پہنچنا ہوگا
پھر تو عظمت پہ بلندی کا ستارا ہوگا
میں غلام ابن غلام ابن غلام ابن غلام
یہی رشتہ مری بخشش کا سہارا ہوگا
ایک اظہار ہی کیا اس کی نفی ہے مشکل
جس نے سرکار مدینہ کو پکارا ہوگا

حضرت سید محمد اظہار اشرف اشرفی الجیلانی
دامت برکاتہٗ عالیہ (کچھوچھہ شریف، انڈیا)

نعت رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم

زباں سے نکلا جو صل علیٰ مواجہ پہ
چراغ بن گئے حرف و نوا مواجہ پہ
درود پڑھتی ہوئی ساعتوں کے جھرمٹ میں
سلام پڑھتا ہوا میں بھی تھا مواجہ پہ
حضورؐ حرف شفاعت کی بھیک دے دیجئے
ہر ایک اشک نے دی یہ صدا مواجہ پہ
خدا کرے مجھے عمر دوام مل جائے
خدا کرے ہو مرا خاتمہ مواجہ پہ
صبیح مجھ کو حضوری کی مل گئی معراج
طلب کروں تو کروں اور کیا مواجہ پہ

سید صبیح الدین رحمانی (کراچی)

نعت رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم

[illegible] ارش [illegible]، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible]دار انبیاء، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible] ذات خدا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible] نہیں رب سے جدا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible]وں کا حشر میں تو آسرا ہے یا نبیؐ
[illegible] ہے سنتا التجا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible]یف سے سرشار ہے سینہ مرا صل علیٰ
[illegible] ہے سب تیری عطا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible]ے در کو چھوڑ کر جائیں کہاں تو ہی تما
[illegible] جود و سخا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible]ی فرقت میں بہت دشوار ہے جینا مرا
[illegible] مسرت ہو عطا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible] میں رکھنا بھرم یا شافعِ روزِ جزا
[illegible] سراپا ہوں خطا، محبوبِ ربّ العالمین
تیری نسبت سے فقیروں نے مچا رکھی ہے دھوم
ہر جگہ چرچا ترا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible]ے ہی اس نور سے آئی جہاں میں ہر خوشی
[illegible] ہے رحمت کی گھٹا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible] گیا ہے تیری اُلفت سے مرا دامانِ دل
[illegible] وسیلہ ہے مرا، محبوبِ ربّ العالمین
[illegible] پر تُو کر نظر یا شافعِ روزِ جزا
میری بگڑی بھی بنا، محبوبِ ربّ العالمین

پیر سید مہر فرید الحق مہر گیلانی (گولڑہ شریف)

نعت رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم

مل جائے مجھ کو نقشِ پا حضورؐ کا
سر پر رکھوں گا چوموں گا تحفہ حضورؐ کا
ہر اک معاملے میں ہے رہبر انہی کی ذات
سب کے لیے مثال ہے اسوہ حضورؐ کا
سب کو برابری کا سبق دے گئے حضورؐ
سب کے لیے چراغ ہے خطبہ حضورؐ کا
ان کے لیے ہی خلق ہوئی ساری کائنات
بٹتا ہے دوجہان میں صدقہ حضورؐ کا
یہ مہر و ماہ و تارے منور انہی سے ہیں
ہر ایک میں ہے نور سراپا حضورؐ کا
لکھتا رہوں گا نعت میں رب کے حبیب کی
پڑھتا رہوں گا دل سے قصیدہ حضورؐ کا
وہ دن بھی زندگی میں مدثر کی آئے گا
پلکوں سے چوم لے گا وہ روضہ حضورؐ کا

مدثر سرور چاند (لاہور)

نعت رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم

زندگی میں بھلا اور کیا چاہیے
اُن کا در مِل گیا اور کیا چاہیے
جالیوں کے قریں میری سرکار نے
حالِ دِل سُن لیا اور کیا چاہیے
دِل میں یادِ نبی ، لب پہ مدحِ نبی
ربط کا سلسلہ اور کیا چاہیے
دِل منور ہوا، روح سیراب ہے
اِس کرم کے سوا اور کیا چاہیے
لے لیا اُن کی رحمت نے آغوش میں
اپنے دُکھ کی دعا اور کیا چاہیے
ہے میسر گدائی درِ پاک کی
عزت و مرتبہ اور کیا چاہیے
حاضری میں حضوری عطا ہو گئی
زندگی کا صلہ اور کیا چاہیے
اُن کی دہلیز پر جاوداں ہوگئی
زندگی تُو بتا اور کیا چاہیے
نور میدانِ محشر میں پیشِ نظر
ہیں شفیع الوریٰ اور کیا چاہیے

نور احمد جرال (امریکہ)

نعت رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم

سفر کی ابتدا سے عشق کی منزل مدینہ ہے
مری عمر رواں کا بھی فقط حاصل مدینہ ہے
بھلا یہ گردشِ دوراں اثر انداز ہو کیوں کر
مرا ماضی ، مرا یہ حال و مستقبل مدینہ ہے
جہاں سے منزل مقصود تک ہو گی رسائی پھر
وہی امید کا مرکز، مرا ساحل مدینہ ہے
ازل سے تا ابد صلِ علیٰ کا ورد ہے جاری
ازل سے تا ابد میرا حریم دل مدینہ ہے
مری سانسوں مری دھڑکن میں ہے کیسی مہک یارو
یقیناً ہر رگ و پے میں تو بس داخل مدینہ ہے
مسلسل مشک و عنبر، اشک پیہم سے میں دھوتا ہوں
کہاں میرا تنِ خاکی ترے قابل مدینہ ہے
یونہی تو مطمئن کوثر ہمیشہ سے نہیں رہتا
خمیر ذات میں تو بالیقیں شامل مدینہ ہے

راجا کوثر سعیدی (ملتان)

نعت رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم

مرے سرکار کا دربار پُر انوار کیا کہنا
برستی ہے جہاں پر رحمتِ غفار کیا کہنا
سوالی بن کے آ جاؤ جو چاہو مانگ لو ان سے
کسی کو بھی تو وہ کرتے نہیں انکار کیا کہنا
بتاتے غیب کی خبریں ہیں امت کو مرے آقا
خدا کے فضل سے ہیں واقفِ اسرار کیا کہنا
وہی سارے جہاں میں نعمتیں تقسیم کرتے ہیں
انہیں رب نے بنایا مالک و مختار کیا کہنا
محبت سے عنایت سے مرے آقا مرے مولا!
بنائے آپ نے اپنے سبھی اغیار کیا کہنا
انہی کی یاد جب دل میں بسی ہو ہر گھڑی آصف
تو ہو جائیں نہ کیوں پیارے ترے اشعار کیا کہنا

محمد آصف قادری (واہ کینٹ)

نعت رسول مقبول ﷺ

نعت رسول مقبول ﷺ

مصطفیٰ مجتبیٰ، مرحبا مرحبا
یا حبیبِ خدا، مرحبا مرحبا،

عرب ہو کہ عجم سب ہی کھائیں تیرا
تیری ہی ذات کا سب کو صدقہ ملا
تیرے ٹکڑوں پہ جگ سارا پلتا رہا

مصطفیٰ مجتبیٰ، مرحبا مرحبا
یا حبیبِ خدا، مرحبا مرحبا،

زُلف واللیل اور چہرہ کھلتا ہوا
تو ہی شمسُ الدُجیٰ، تو ہی بدرُالدُجیٰ
چاند تیری ضیاء سے چمکتا رہا

مصطفیٰ مجتبیٰ، مرحبا مرحبا
یا حبیبِ خدا، مرحبا مرحبا،

ہم گنہگاروں پہ یہ سعادت عظیم
بیچ اہلِ حرم کے رکھا ہے مقیم
سر پہ میزاب رحمت برستا رہا

مصطفیٰ مجتبیٰ، مرحبا مرحبا
یا حبیبِ خدا، مرحبا مرحبا،

تیری یادوں سے [illegible] رب
نعتیں تیری [illegible] سب
رفعت ایسی [illegible] سے خدا

مصطفیٰ مجتبیٰ، مرحبا مرحبا
یا حبیبِ خدا، مرحبا مرحبا،

کوئی گھر [illegible]
کوثرؔ نعتیں سنائے گی شام و سحر
شرف ایسا مجھے بھی عطا کر خدا

مصطفیٰ مجتبیٰ، مرحبا مرحبا
یا حبیبِ خدا، مرحبا مرحبا،

حافظہ شبانہ کوثرؔ (ڈسکہ، سیالکوٹ)

نعت رسول مقبول ﷺ

بے نواؤں کے درد آشنا آپؐ ہیں
بے سہاروں کے آسرا آپؐ ہیں
آپؐ کے دم سے روشن ہے بزمِ جہاں
شمعِ حق آپؐ، نورِ خدا آپؐ ہیں
ساری مخلوق کے رہنما آپؐ ہیں
مجتبیٰ آپؐ ہیں، مصطفیٰ آپؐ ہیں
ہر فضیلت ملی خدا سے آپؐ کو
ہر بزرگی میں بعد از خدا آپؐ ہیں
آپؐ کے خُلق کی کھائے قرآں قسم
یا نبیؐ خیرِ خلقِ خدا آپؐ ہیں
یا نبیؐ نازؔ پر ہو کرم کی نظر
اس گنہگار کا آسرا آپؐ ہیں

سمعیہ نازؔ اقبال (لیڈز، برطانیہ)

منقبت

حضرت علی المرتضیٰ کرم اللہ وجہہ

ایمان کی تکمیل، محبت ہے علیؓ کی
واللہ، عجب شوکت و عظمت ہے علیؓ کی
تسبیح کہ شمشیر سنبھالی رہِ حق میں
آئینۂ اخلاص، عبادت ہے علیؓ کی
وہ فاتحِ خیبر وہ محمدؐ کے برادر
کس درجے پہ اسلام میں رفعت ہے علیؓ کی
وہ دل ہے محمدؐ کی محبت سے منور
جس دل میں زہے بخت، اطاعت ہے علیؓ کی
ہے حُبِّ نبیؐ مہرِ علیؓ رشتۂ کامل
نسبت جو نبیؐ سے ہے، وہ نسبت ہے علیؓ کی
اے لحمک لحمی و خوشا جسمک جسمی
فرمانِ رسالت ہے، یہ قربت ہے علیؓ کی
نسبت میں معینؔ اُن کی ہیں ضم نسبتیں ساری
فیضان کا گلدستہ، بیعت ہے علیؓ کی

پیر سید معین الحق بیابانی (گولڑہ شریف)

حضرت علی المرتضیٰ کرم اللہ وجہہ

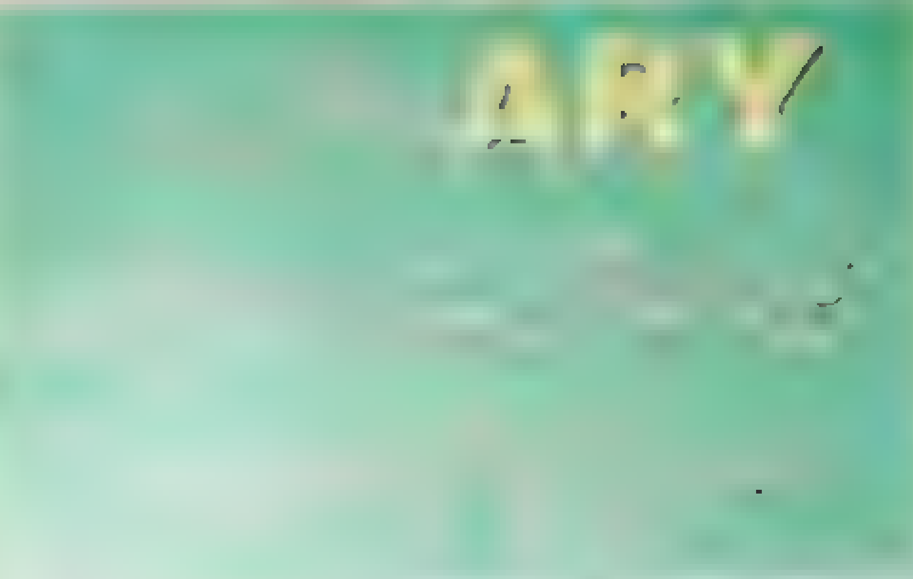
کبریا کے لطف کے حامل علی المرتضیٰؓ
عشقِ احمدؐ میں بھی ہیں کامل علی المرتضیٰؓ
''بوتراب'' ارشاد فرمایا انھیں سرکارؐ نے
ہیں ہر اک تعریف کے قابل علی المرتضیٰؓ
جو گرفتارِ بلا ہیں قلزمِ عصیاں میں آج
ہیں انھی کے واسطے ساحل علی المرتضیٰؓ
صاحبِ عرفان، بابِ شہرِ علمِ مصطفیٰ ﷺ
سب خصوصیات کے حامل علی المرتضیٰؓ
رات دن ان کی طلب، ان کی ثناء، ان کا خیال
اپنا ماضی، حال، مستقبل علی المرتضیٰؓ
سرورِ کونینؐ کے بھائی بھی ہیں، داماد بھی
اور رفیقوں میں بھی شامل علی المرتضیٰؓ
ہے نشانِ جادۂ حق آپ کا نقشِ قدم
اور دینِ حق کی ہیں منزل علی المرتضیٰؓ
روز و شب محمودؔ کی نظروں کو ہے ان کی تلاش
ہیں ضیا بخشِ حریمِ دل علی المرتضیٰؓ

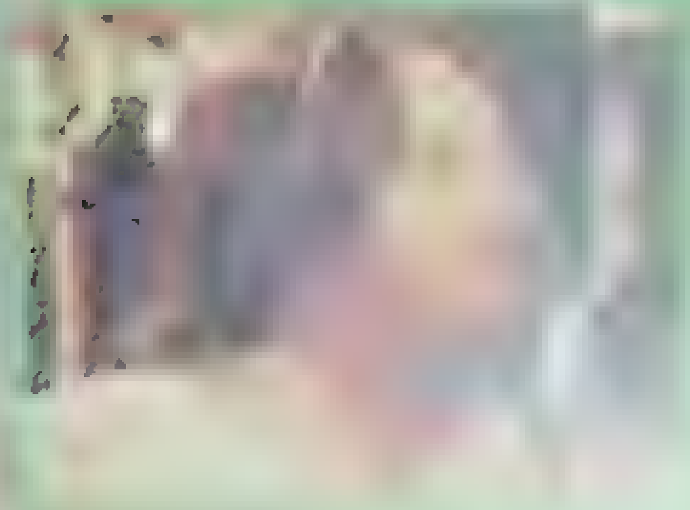
راجا رشید محمودؔ (لاہور)

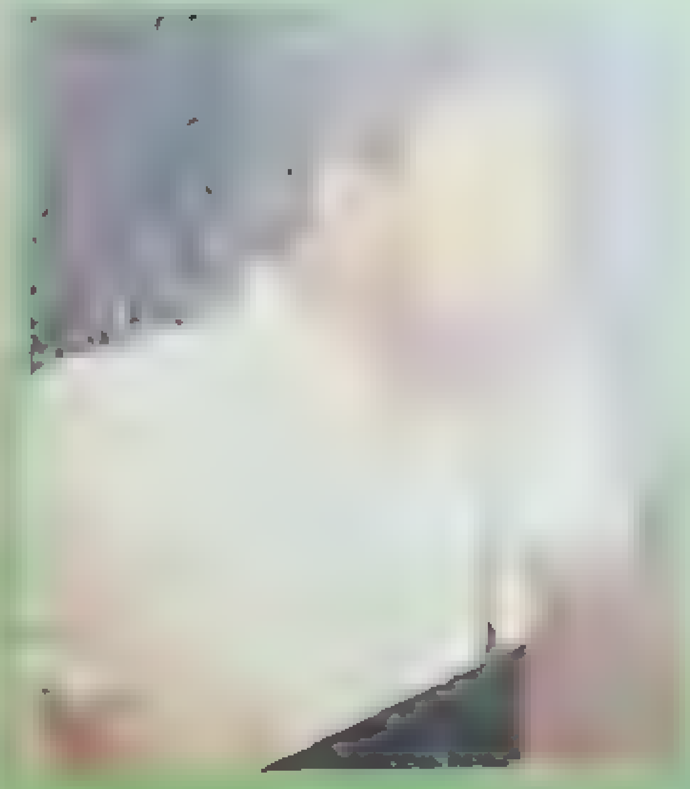
منقبت ام المومنین حضرت خدیجہ الکبریٰ سلام اللہ علیہا

اوّلین اُمّہات اُلمومنین و مسلمیں
سابقِ اسلام و زوجِ سرّورِ دنیا و دیں
غم گسار و مونسِ محبوبِ حق ہیں بالیقیں
وہ خدیجہ طاہرہ، خیرُ النسا عالمیں
مرحبا! بنتِ خویلد آپ کا یہ مرتبہ
آپ کی چاہت خدا نے دی نبی کو آفریں
مالکِ کون و مکاں نے آپ کو بھیجی سلام
اور یہ مژدہ لیکے آئے عرش سے روح الامیں
قصرِ جنت کی بشارت دی خدا نے آپ کو
قدر داں ہے آپ کا خود مالکِ عرشِ بریں
آپکے ہوتے نبیؐ نے دوسری شادی نہ کی
زندگی بھر آپ تنہا مومنوں کی ماں رہیں
رشک اُن کی ذات پہ کرتی تھیں بی بی عائشہ
تھی دلِ خیر الوریٰ میں انکی چاہت جاگزیں
آپکی ثانی کوئی ہستی نہیں کونین میں
چشمِ عالم نے نہ دیکھی آپ جیسی نازنیں
آپکی اولاد پہ نازاں ہے ربِّ ذوالجلال
آپکے خاوند ہیں خلقِ خدا میں بہتریں
سالِ غم اسلام میں ہے ان کا سالِ ارتحال
محسنِ اسلام ابو طالب سی تھیں وہ بالیقیں
آپ سے کاشانۂ خیر الوریٰ میں تھی بہار
آپ کے دم سے سوا ہے زینتِ خلدِ بریں
زدبانِ عشقِ کامل اُنکی چاہت ہے رشیدؔ
راحتِ قلبِ نبیؐ کا جو سدا ساماں رہیں

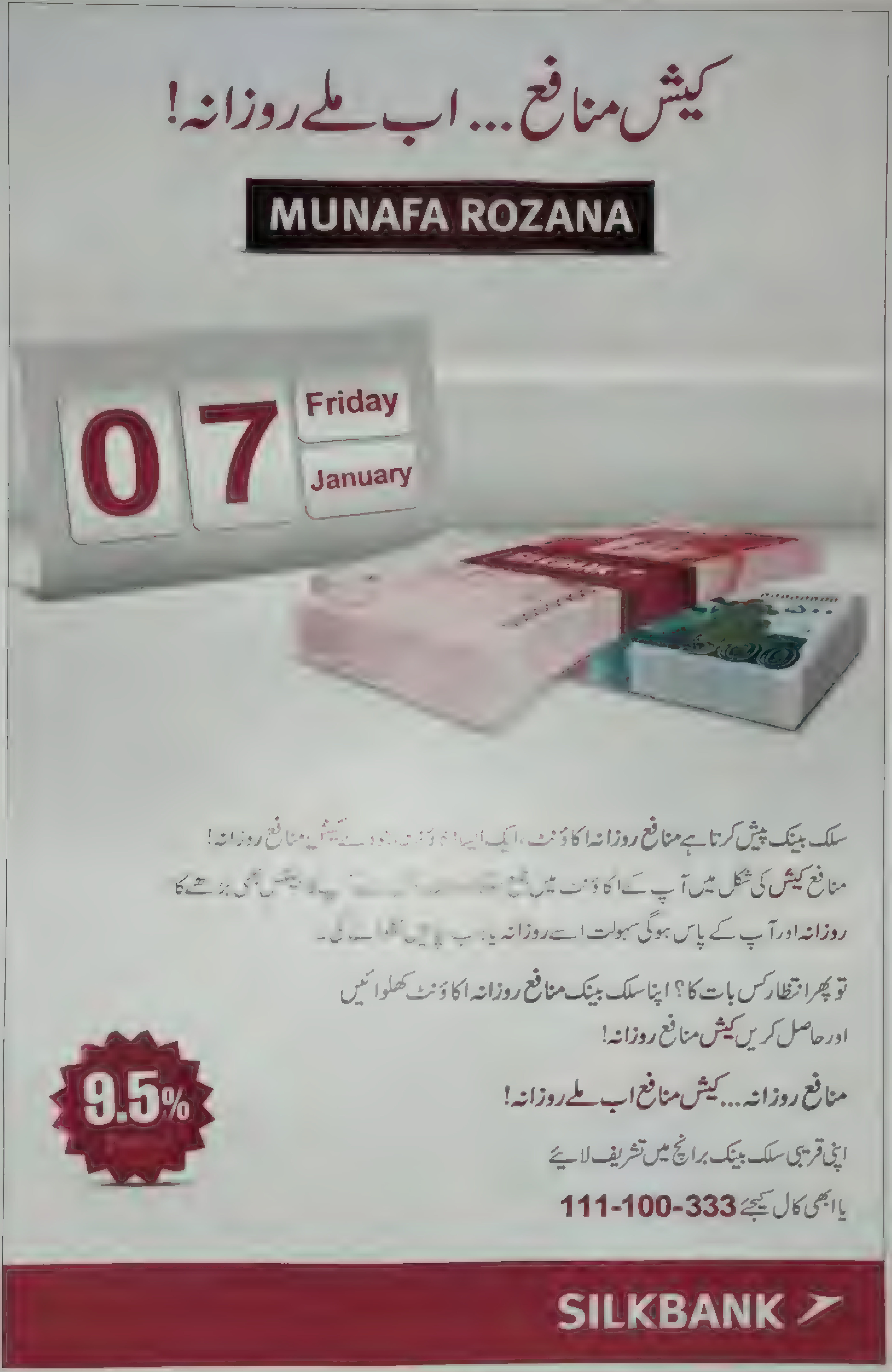
حضرت رشید وارثیؒ (کراچی)







ARY ڈیجیٹل اور مہر منیر فاؤنڈیشن کے زیر اہتمام شب معراج کے حوالے سے ایک خصوصی
اسکول سندھی مسلم ہاؤسنگ سوسائٹی کراچی میں کیا گیا۔ محفل میں نقابت کے فرائض
شاہد قادری کی تلاوت و حمد سے ہوا۔ محفل میں متعدد معروف ثناء خوانوں نے بارگاہ رسالت میں
شاہد، عامر فیاضی، محمود الحسن اشرفی، نور سلطان صدیقی، الحاج صدیق اسماعیل اور الحاج اویس
معروف اسکالر ڈاکٹر عامر لیاقت نے لیلۃ المعراج کے حوالے سے خصوصی بیان فرمایا اور اس کے بعد منظوم
عقیدت پیش کیا۔ اس محفل کے مہمان خصوصی سابق وزیر خارجہ شاہ محمود قریشی صاحب تھے۔ محفل کے دوران شاہ
حضور اکرم ﷺ کے اسوۂ حسنہ پر روشنی ڈالی اور شب معراج کے حوالے سے عامر لیاقت صاحب کی تقریر کی روشنی میں چند کلمات کہے۔
محفل کا اختتام مفتی منیب الرحمن صاحب کی خصوصی دعا پر ہوا۔ یہ محفل ARY ڈیجیٹل اور ARY Qtv سے لائیو نشر کی گئی۔ اس محفل کے
انتظامات کی سعادت مہر منیر فاؤنڈیشن نے حاصل کی۔



کیش منافع... اب ملے روزانہ!
MUNAFA ROZANA
07
Friday
January
تو پھر انتظار کس بات کا؟ اپنا سلک بینک منافع روزانہ اکاؤنٹ کھلوائیں
اور حاصل کریں کیش منافع روزانہ!
منافع روزانہ... کیش منافع اب ملے روزانہ!
اپنی قریبی سلک بینک برانچ میں تشریف لایئے
یا ابھی کال کیجئے 111-100-333
9.5%
SILKBANK

عید سعید

یارب ہزار رنگ میں آتی ہے تیری عید
خوشیاں طرح طرح کی لاتی ہے تیری عید
سب رنجشوں کو دل سے مٹاتی ہے تیری عید
بچھڑے ہوئے دلوں کو ملاتی ہے تیری عید
شاہ ہو یا ہو گدا سبھی کے لیے ہے عید
پھر مفلسوں کو کیوں یہ رُلاتی ہے تیری عید
سچائی کے برعکس حقیقت کی منافی
ویسی نہیں ہے جیسی نظر آتی ہے تیری عید
ہر حال میں ہم شکر ادا کرتے رہیں گے تیرا
مُسلم کو یہ سبق ہی سکھاتی ہے تیری عید
حصے میں سب کے آئیں دُعا ہے نصیر کی
سُنتے ہیں خوشیاں ڈھیر سی لاتی ہے تیری عید

نصیر الدین نصیر (کراچی)

آج کل

رمضان کا مہینہ ہے رحمت ہے آج کل
اللہ کا کرم ہے عنایت ہے آج کل
ذکر خدا سے گونج رہی ہے فضا تمام
قرآن کی بھی روز تلاوت ہے آج کل
روزے میں جسم و جاں ہی فقط پر اثر نہیں
روحانی طور پر بھی حلاوت ہے آج کل
ماحول کا اثر ہے کہ یہ تربیت کا ہے
بچوں میں بھی جو شوقِ عبادت ہے آج کل
اللہ کے حضور میں ہیں سجدہ ریزیاں
دن رات اہتمام عبادت ہے آج کل
اب ہر عمل کا ملنے لگا دس گنا ثواب
بندوں کی اپنے رب سے تجارت ہے آج کل
سحری سے مہر راتیں بھی پرنور ہوگئیں
ورنہ تمام عالمِ ظلمت ہے آج کل

مہرو جدانی (کراچی)

ماہِ مبارک

مبارک مہینہ آیا ہے پھر سے رمضان کا
کیسے کھل اٹھا ہے چہرہ ہر مسلمان کا
عید سے پہلے ہی ہوری ہوئی عید ہے
لایا آسمان سے جو یہ رحمت کی نوید ہے
تین عشروں سے سجایا ہے اسے رب ذوالجلال نے
اپنی رحمتوں کے در کھول دیئے ہیں اس ذات کمال نے
اِک اِک عمل کا ثواب یہاں ستر گنا ملے
اور شرِ ابلیس سے روزہ دار کو خود پناہ ملے
مستحق کی مدد کا بہت ہی اجر و ثواب ہے
خوشنودیٔ خدا کے ساتھ یہ نجاتِ عذاب ہے
بھوک پیاس جو چھوڑتا ہے حکمِ پروردگار سے
تو کیوں نہ نوازے گا رب اس کو اپنے پیار سے
کیا خبر اگلے برس یہ ماہ تجھے میسر ہو نہ ہو
وصفی رب کو راضی کرلے نہ جانے سحر ہو نہ ہو

سلمان احمد صدیقی (وصفی) (کراچی)

رونقِ رمضان

رمضان کی رونق ہے در و بام پہ طاری
مومن پہ مہربان ہے پھر رحمتِ باری
رمضان کی رونق ہے در و بام پہ طاری
کرتا ہے فزوں ذوقِ عبادت مہ رمضاں
ہر شخص ہے رمضان میں قرآن کا قاری
رمضان کی رونق ہے در و بام پہ طاری
رمضان ہے امت پہ مہربان مہینہ
شیطان پہ پڑتا ہے بہت ماہ یہ بھاری
رمضان کی رونق ہے در و بام پہ طاری
مشروب رنگا رنگ ہیں پکوان خصوصی
ہیں خوان سجے رزق سے مخلوق کے ساری
رمضان کی رونق ہے در و بام پہ طاری
افطار ہے نعمت تو سحر ہے بڑی رحمت
دریائے کرم رب کا ہے کس شان سے جاری
رمضان کی رونق ہے در و بام پہ طاری

طارق بن آزاد (کراچی)

"وحشت آثار ہے"

"آہ نالہ و فریاد سانحہ دربار داتا صاحب" (1431ھ)

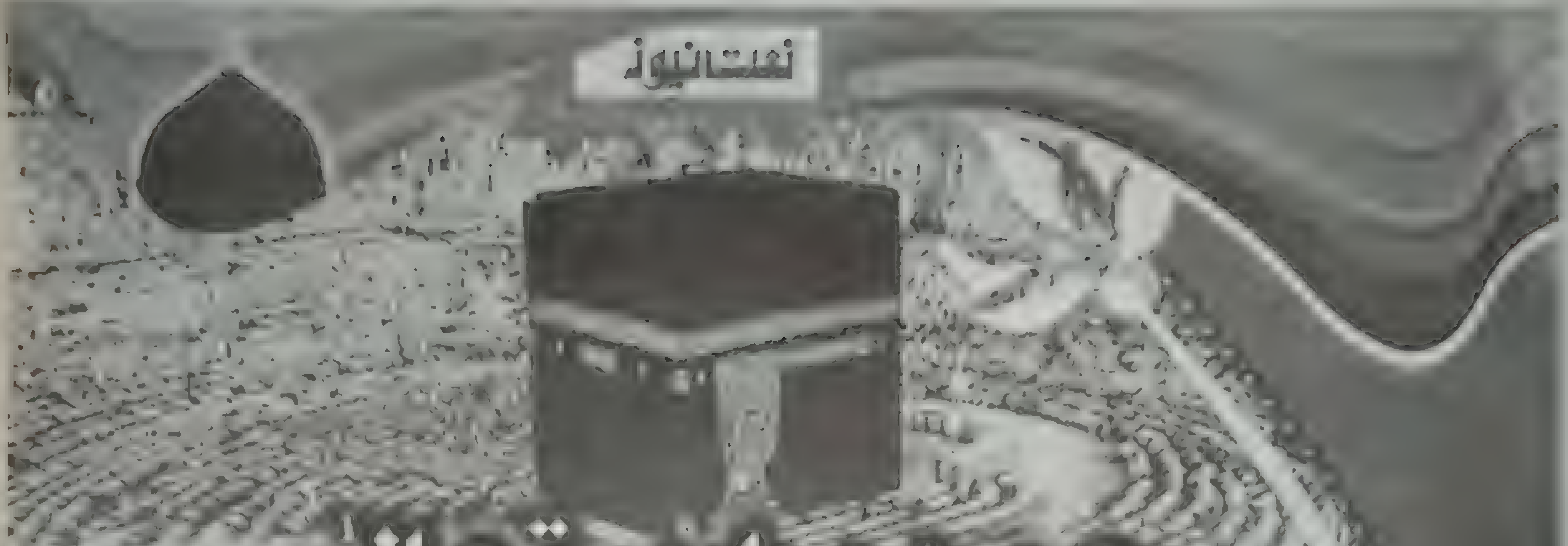
"وائے سانحہ اُمید گاہ دربار داتا گنج بخش" (2010ء)

بے جا تو نہیں آج بچھی ہے صف ماتم
ایماں کے ہوا ہے در و دیوار پہ حملہ
منکر نے کیا دل کے تعفن کو ہے ظاہر
ملحد نے کیا مرکز انوار پہ حملہ
حد درجہ بڑھے آج مظالم میں خوارج
یہ دیو کے بندوں کا ہے دربار پہ حملہ
رنگ اپنا دکھانے لگے خود ساخت موجد
کرنے کو چلے حق کے ہیں شہکار پہ حملہ
مردود جہاں نے یہ لگائے ہیں نئے زخم
ملعوں نے کیا خلق کے غم خوار پہ حملہ
تاریخ رقم تازہ ہوئی جور و جفا کی
ظالم نے کیا دین کے آثار پہ حملہ
رنگین ہوئی خون سے ہے داتا کی چوکھٹ
دل چیر گیا دار گہر بار پہ حملہ
تاریخ میں ہے پہلی دفعہ بند ہوا لنگر
جس روز ہوا مطلع انوار پہ حملہ
خودکش کی حمایت میں کمربستہ یہ سن لیں
مہنگا یہ پڑے گا انہیں انکار پہ حملہ
بدبخت ہے بے دین ہے ملعون ہے وہ شخص
جس نے بھی کیا داتا کے دربار پہ حملہ

اک جگ میں مہک جس کی رچی اور بسی ہے
یہ حملہ ہے اس سیرت و کردار پہ حملہ
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے [illegible]
یہ حملہ ہے فیضان دو عالم کی جبیں پر
یہ حملہ ہے دامانِ شہر یار پہ حملہ
یہ حملہ ہے ایمان کے تیقن کے بدن پر
یہ حملہ عقائد کے ہے رخسار پہ حملہ
یہ حملہ حقیقت کو ہے جھٹلانے کی کوشش
یہ حملہ طریقت کے ہے گلزار پہ حملہ

یہ حملہ شریعت کے مقاصد کی نفی ہے
یہ حملہ تصوف کی ہے مہکار پہ حملہ
یہ حملہ ہے آداب کی ہر شق کے منافی
یہ حملہ ہے ہر قسم کی اقدار پہ حملہ
یہ حملہ ہے اُمید گہ اہل جہاں پر
یہ حملہ ہے امداد کے گھر بار پہ حملہ
یہ حملہ ہے تسکین نظر، وجہ سکوں پر
یہ حملہ ہے اک سایہ دیوار پہ حملہ
یہ حملہ ہے بے بس کے لیے چھاؤں گھنی پر
یہ حملہ ہے بے کس کے پری وار پہ حملہ
یہ خلق خدا کی ہے اُمنگوں کا کرے خون
یہ حملہ ہے ہر مفلس و نادار پہ حملہ
یہ حملہ کوئی عام سا حملہ نہیں یارو
یہ حملہ ہے داتا مری سرکار پہ حملہ

پروفیسر محمد عارف نوشاہی (گجرات)



حمد باری تعالیٰ

کچھ اصول کچھ ضابطے

منظر عارفی

"حمد" عرف ولغت میں اس نظم کو کہتے ہیں جس میں اللہ تبارک وتعالیٰ کی بڑائی، بزرگی، اس کی ذات وصفات [illegible] سے اوامر ونواہی اس کی [illegible] [illegible] صفات الٰہی سے متعلق ہے [illegible] سکتی ہے۔ [illegible] اصناف سخن میں [illegible] موضوعات [illegible] باری تعالیٰ [illegible]۔ کیونکہ حمد باری تعالیٰ کے [illegible] میں [illegible] میں حمد باری تعالیٰ بیان کرسکتا ہے، [illegible] سکتا ہے، لکھ سکتا ہے۔ اخلاص اور رضائے الٰہی کی شرط کے ساتھ یہ عمل اس کے لیے باعث سعادت اور باعث ثواب ہے۔ اللہ تعالیٰ کی حمد وثنا کرنا عین عبادت ہے۔

ہم قرآن مجید اٹھا [illegible] سمجھنے کے لیے اپنی [illegible]

[illegible] تاہ کی سے نہ کی ہو۔

یہاں میں جن دو موضوعات پر گفتگو کرنا چاہتا ہوں ان میں سے ایک تو حمد نوا اور حمد گوئی ہے جبکہ دوسرا موضوع حمد خواں اور حمد خوانی ہے۔

حمد گو اگر اخلاص اور صحیح علم کے ساتھ (نظم ونثر) میں حمد باری تعالیٰ کے جوہر دکھا رہا ہے تو قابل صد مبارک باد ہے کہ بہت احسن کام بہت خوبی کے ساتھ کر رہا ہے۔ بے شک رب تعالیٰ کے پاس اس کا عظیم اجر محفوظ ہے۔

لیکن اگر کوئی لاابالی پن کا شکار محض اپنے زعم شعری میں ایسے اشعار کہہ کر حمد باری تعالیٰ سے منسوب کر رہا ہے جس کا حقیقتاً حمد سے کوئی تعلق نہیں تو وہ اپنے لیے سراسر گھاٹے کا سودا کر رہا ہے۔ مجھے اردو میں سیکڑوں حمدیں پڑھنے کا اتفاق ہوا۔ میں نے حمد کے مجموعے بھی پڑھے۔ حمد یہ انتخابات بھی میرے مطالعے سے گزرے۔ مجھے حیرت ہوئی اور افسوس بھی ہوا کہ حمد باری تعالیٰ کہنے والے جو مسلمان ہیں اور رب تعالیٰ کو اپنا خالق ومالک، پروردگار سمجھتے مانتے اور اس پر غیر مشروط ایمان رکھتے ہیں، انہوں نے ایسی ایسی شاعری حمد کے نام پر منسوب کردی ہے کہ الامان والحفیظ۔

میں یہ تو نہیں کہہ سکتا بلکہ کوئی بھی نہیں کہہ سکتا کہ انہوں نے یہ کام جان بوجھ کر کیا ہوگا۔ کیونکہ اس گئے گزرے دور میں بھی ایمانیات ابھی اس مقام پر نہیں پہنچی کہ جان بوجھ کر ایسی خطا اپنے سر منڈھ لی جائے۔ یقیناً اس کی کوئی اور وجہ ہے ہمیں سنجیدگی سے وہ وجہ تلاش کرنی چاہیے اور [illegible] کا سد باب کرنا چاہیے۔

اپنے محدود فہم کے باعث جس وجہ تک میں پہنچ سکتا ہوں وہ "علم" کا نہ ہونا ہے۔ اپنے پروردگار کے بارے میں اگر ہمیں علم ہو، اس کی ذات وصفات کی معرفت حقہ کا خزانہ اگر ہمارے شعور ولاشعور میں محفوظ ہو تو یقیناً ہم کسی بھی "جہل" میں گرفتار ہونے سے بچ سکتے ہیں۔

اب یہاں جو ہم سے شعوری اور جان بوجھ کر غلطی ہو رہی ہے وہ یہ ہے کہ ہم علم حاصل کیے بغیر محض اپنی شعر گوئی کے سہارے حمد باری تعالیٰ کہنے میں مصروف عمل ہیں اور اس کو اتنا ہلکا جانتے ہیں کہ کسی خاطر میں نہیں لاتے۔ اپنے عمل میں اتنے نڈر ہوگئے ہیں کہ سوچتے بھی نہیں کہ ہماری غفلتوں یا لاابالیوں کی ہم سے پرسش بھی ہوگی۔ اچھائی کی جزا دی جائے گی تو برائی پر سزا بھی ہوسکتی ہے۔ صرف یہ کہنے سے جان نہیں چھوٹ سکتی کہ اللہ بڑا غفور الرحیم ہے۔ ہماری نیت یہ نہیں تھی۔ اللہ کو غفور الرحیم ماننے والا یہ کیوں بھول

جاتا ہے کہ اللہ تعالیٰ کا پہلا حکم جو نازل ہوا تھا وہ یہ نہیں تھا کہ میری حمد کر اور میرے رسول کی نعت بیان کر۔ بلکہ پہلا حکم یہ تھا "اقراء" یعنی "پڑھ"۔ پہلے علم حاصل کرے گا تو صحیح حمد و نعت بیان کر سکے گا۔ اب اگر بشری تقاضے کے تحت غلطی ہوتی ہے تو بیشک اللہ تعالیٰ غفور الرحیم ہے بخشنے والا ہے۔

مطالعۂ حمد باری میں بارہا میں اس مرحلے سے گزرا کہ مجھے یہ سمجھنا بہت مشکل ہو گیا کہ جس چیز کو اللہ تعالیٰ نے پیدا فرمایا ہے وہ اللہ کیسے ہو سکتی ہے۔ لیکن ہماری حمدوں میں ایسے ہی موضوعات کی بھرمار ہے۔ روشنی اللہ تعالیٰ کی تخلیق ہے لیکن جابجا اسے براہ راست اللہ کہا گیا ہے۔ خوشبو اللہ تعالیٰ کی تخلیق ہے لیکن جابجا اسے براہ راست اللہ کہا گیا ہے۔ اسی طرح کی بے شمار چیزیں ہیں جو خلق ہونے کے باوجود براہ راست اللہ کہی جا رہی ہیں۔ اللہ جو مکان سے پاک ہے اس کے لیے جابجا مکان کا تعین کیا گیا ہے۔ کہیں اللہ کی آہٹ سنوائی جا رہی ہے تو اکثر جگہ ہر چیز میں اللہ کو دیکھا جا رہا ہے۔ دیدارِ الٰہی اگرچہ محال نہیں ہے لیکن حیرت کی بات یہ ہے کہ ہر حمد کہنے والا شاعر ہر چیز میں اللہ کو دیکھ رہا ہے۔ لیکن بیان نہیں کرتا کہ اللہ کو اس نے کیسا دیکھا۔ حالانکہ ایک عام سا قاعدہ ہے کہ جس چیز کو آنکھ دیکھ لے وہ بیان کی جا سکتی ہے۔ بلکہ خواب جسے آنکھ نہیں دیکھتی اسے بھی بیان کیا جا سکتا ہے۔ ایک بہت بڑی بیماری یہ بھی ہے کہ اللہ، بھگوان، ایشور، اوتار، رام میں کوئی فرق نہیں کیا جا رہا۔ حالانکہ یہ عقیدہ بارہویں صدی میں قائم ہونے والی ہندوؤں کی ایک تحریک "بھگتی تحریک" کا گھڑا ہوا ہے۔ جس کا ایک اصول یہ تھا کہ "بھگوان اور اللہ، رام اور رحیم کو ایک سمجھنا"۔ اس تحریک کے بانیان سوامی رامانج، مادھو، آنند تیرتھ، وشنو سوامی اور باسو تھے (بحوالہ: سہ ماہی الزبیر بہاولپور، شمارہ 11-2010، صفحہ 25 بھگتی تحریک)

بالکل اسی طرح بیت اللہ شریف اور مسجد جیسا رتبہ مندر، بت خانوں اور کلیساؤں کو دیا جا رہا ہے۔

میں مثال در مثال بات کو طول دینے کی بجائے بصد التجا یہ عرض کرنا چاہتا ہوں کہ حمد باری تعالیٰ پر خامہ فرسائی کرنے سے پہلے ہمیں ہزار بار سوچنا پڑے تو سوچنا چاہیے کہ ہم نے جو شعر لکھا ہے اس میں واقعی حمد باری تعالیٰ ہے یا نہیں۔ اگر خود سمجھ میں نہیں آتا تو کسی مستند عالم دین سے اس پر مشورہ کرنا چاہیے۔ عالم دین بہت اچھے طریقے سے بتا سکتا ہے کہ آپ کا مضمون حمد کے دائرے میں ہے یا نہیں اگرچہ وہ شعر گو نہ ہو، اگرچہ وہ شعر نواز بھی نہ ہو۔ شاعر ہونے کا یہ مطلب ہرگز نہیں ہے کہ اب ہم ہر چیز سے دوڑا دیں۔ تخیلات کے گھوڑے جیسے چاہیں دوڑا لیں۔ بلکہ شاعر ہونے کا مطلب یہ ہے کہ اب ہم تمام ترجیح اصول و ضوابط کی سخت ترین پابندی کرنے پر قانوناً مجبور ہو چکے ہیں اور صرف مذہبی شاعری میں ہی نہیں بلکہ ہر قسم کی شاعری میں خواہ مزاحیہ شاعری ہی ہو۔

مجھے یہ کہنے پر کوئی باک نہیں کہ آج اگر اردو کے حمدیہ ذخیرے کو علم صحیح کی چھلنی میں چھان لیا جائے تو اس ذخیرے کا شاید ایک فیصد حصہ ہی اصولی نکلے۔ اور اب تو کسی مرد مجاہد کو یہ کام کر بھی لینا چاہیے۔ اس میں کوئی برائی نہیں بلکہ بھلائی ہی بھلائی ہے۔ دنیا و آخرت دونوں کی بھلائی۔ آج علم اور حقائق اپنی وسعتوں کے نصف النہار پر ہیں۔

حمد باری تعالیٰ پر خامہ فرسائی
کرنے سے پہلے ہمیں ہزار بار
سوچنا پڑے تو سوچنا چاہیے کہ
ہم نے جو شعر لکھا ہے اس میں
واقعی حمد باری تعالیٰ ہے یا
نہیں۔ اگر خود سمجھ میں نہیں

حمد خواں اور حمد خوانی کے حوالے سے میں اتنا کہنا چاہتا ہوں کہ آج تک محافلِ نعت میں حمد خوانی کا رواج ہی پیدا نہیں ہو سکا۔ چند کلمات ذکر ہیں جنہیں حمد کے نام پر میں اپنے لڑکپن سے سنتے سنتے کم و بیش سفرِ حیات کے آخری حصے تک آ پہنچا ہوں۔ ہماری محافل میں بس اسی کا نام حمد خوانی ہے۔ علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ کی نظم کے چند مصرعے "خودی ہے سرِ نہاں لا الٰہ الا اللہ" والے، اور ان میں دو چار دوسرے شعراء کے تضمین کیے ہوئے دو چار مصرعے پڑھ کر ہمارا حمد خواں سمجھتا ہے کہ اس نے خدائے بزرگ و برتر کی حمد خوانی کر لی۔ انتہا تو یہ ہے کہ نعت خوانی کے وہ بڑے بڑے "کوہِ ہمالہ" جن کی اندھی تقلید اور نقالی کا نام نعت خوانی پڑ گیا ہے (یہ جملہ بالکل بطور اعتراض نہیں ہے بلکہ یہ امر واقعہ ہے) وہ بھی اسی فعل پر کاربند ہیں۔ میں نعت خوانی کے ایسے تمام "کوہ کمالہ" سے دست بستہ عرض کرنا چاہتا ہوں کہ علامہ اقبال رحمۃ اللہ علیہ کی پڑھی جانے والی نظم کے چند مصرعوں کے ساتھ ساتھ اب بہت ضروری ہے کہ اچھے اچھے حمدیہ کلام حمدیہ مجموعوں اور حمدیہ انتخاب سے انتخاب کر کے پڑھ ڈالیں۔ تاکہ آپ کی تقلید اور آپ کی نقالی میں حمد باری تعالیٰ (پوری محفل میں ایک ہی سہی) پڑھنے کی بھی ایسی ہی ریت پڑ جائے جیسی کہ نعتوں کی پڑی ہوئی ہے۔ کیونکہ جب تک آپ نہیں پڑھیں گے پاکستان کا کوئی نعت خواں کچھ نہیں پڑھ سکتا۔

تقلید اور نقالی کے حوالے سے ہماری محافلِ نعت کا حال تو یہ ہے کہ محفل سجانے والے دن صبح سے جن نعتوں کی ریکارڈنگ شروع ہوتی ہے تو وہ آپ کی پڑھی ہوئی نعتیں ہوتی ہیں۔ پھر عموماً عصر سے عشاء تک محلے کے چھوٹے بچے اور بچیاں مائک پر آ کر جو نعتیں اپنی توتلی زبان سے پڑھتے ہیں وہ بھی وہی نعتیں ہوتی ہیں جن کی صبح سے ریکارڈنگ چل رہی ہوتی ہے۔ پھر جب محفل کا آغاز ہوتا ہے تو ابتداء سے آپ کے تشریف لانے تک زرق برق لباس زیب تن کیے جو نعت خواں تشریف لاتے ہیں وہ بھی وہی نعتیں پڑھتے ہیں جو صبح سے اب تک سنی جا رہی ہیں بلکہ یہ بھی ہوتا ہے کہ اگر ایک نعت خواں "یا نبی سلام علیک" پڑھ کے گیا

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] نعتیں ہوتی ہیں۔ اور پھر رات گئے جب آپ تشریف لاتے ہیں تو آپ نے تو سنانی ہی وہی نعتیں ہیں جو آپ کی سپر ہٹ نعتیں ہیں جن کو

[illegible] سجائی گئی ہے اور لوگ اپنے گھروں سے نکل کر آپ کو سننے کے لیے محفل میں آئے ہیں۔ جب یہ بات طے ہو چکی کہ آپ کی تقلید اور نقالی کے بغیر ایک بھی نیا کلام پڑھا نہیں جا سکتا تو للہ! آپ نئے نئے حمدیہ، نعتیہ، منقبتی کلام پڑھیں اور زیادہ سے زیادہ پڑھیں تاکہ سننے والوں کو نیا کلام تو سننے کو ملے۔ محافلِ نعت میں کمپیئرنگ میں پڑھے جانے والے اشعار کا معاملہ بھی یہی ہے جو اس محفل میں سنائے [illegible] مسجد میں سنائے [illegible] [illegible] غلط ابلاغ ہو گیا ہے تو وہ غلط ہی سنایا جا رہا ہے اسے صحیح کرنے والا بھی کوئی نہیں۔ یہی احوال حضور غوث اعظم رضی اللہ عنہ کی منقبت کا ہے دو یا تین منقبتیں [illegible] محفل کا اختتام انہیں پر ہوتا ہے۔ کیا ان دو تین مناقب کے علاوہ اور مناقب لکھی ہی نہیں گئیں۔ لکھی گئی ہیں اور انگنت لکھی گئی ہیں۔ مسئلہ صرف یہ ہے کہ کسی بڑے منقبت خواں نے انہیں ابھی تک پڑھا نہیں۔ جس دن کوئی بڑا منقبت خواں ان کو پڑھ دے گا پورے ملک کے منقبت خواں اس کی تقلید اور نقالی میں ہمہ تن مصروف ہو جائیں گے۔ اسی دن دو تین مشہور زمانہ منقبتوں میں ایک اور منقبت مشہور ہو جائے گی۔

نعت خوانی کے بعض اساسی محرکات

ڈاکٹر شبیر احمد قادری

نعت خوانی، بلاریب، مقصدِ حیات بھی ہے اور نظریہ حیات کا اظہار بھی اور یہ عمل خیر سراسر تعمیری ہوتا ہے۔ اللہ کریم کے احکامات اور رسول اکرم ﷺ کی تعلیمات کی پیروی اور تقلید ہر مسلمان کے ایمان کی پرکار کا مرکزی نقطہ ہے۔ یہ روحانی لطافتوں اور قلبی محبتوں کی منزل آخریں ہے۔ نعت گوئی ہو یا نعت خوانی کا عمل یا پھر سیرت نگاری کے بنیادی عوامل و ثمرات سے آگاہی تکمیل ذات کی راہ سجھاتی ہے۔ خوش الحان شخص، زندگی کے کسی اور شعبہ کو بھی اپنی صلاحیتوں کا اظہار کے لیے منتخب کرسکتا ہے۔ مگر اس کا اپنے آپ کو نعت خوانی کے لیے منتخب کرنا فی الاصل اس کی تکمیل ذات کی تمنا کی جانب اشارہ کرتا ہے۔

ایں سعادت بزور بازو نیست
تا نہ بخشد خدائے بخشندہ

نعت خوانوں کی دو نمایاں قسمیں ہیں:

1۔ نعت خواں جو محض نعت خوانی کا فریضہ ادا کرتے ہیں۔

2۔ نعت خواں جو خود نعتیہ شاعری بھی کرتے ہیں۔

اوّل الذکر نعت خواں، نعت گو شعراء کی نعتوں کا انتخاب کر کے اپنی مترنم اور متاثر کن آواز میں پڑھتے ہیں۔ جب کہ ثانی الذکر نعت خواں بالعموم اپنی لکھی ہوئی نعتوں کو ترنم کے ساتھ پیش کرتے ہیں۔ بعض شاعر نعت خواں دوسرے ممتاز شعراء کا کلام بھی پڑھتے ہیں۔

نعت خوان لحن والے کی معراج اور اس کی اساس عشق رسول ﷺ ہے۔

"نعت خوانی کا اصل سبب عشق رسول ﷺ ہے نعت خواں اپنی آواز سے اسی عشق کو آگے پھیلاتا ہے۔ گلے کا سوز اور آواز کی حب نبی ﷺ سے مملو ہو تو نعت خوانی، نعت خوانی ہے ورنہ محض گائیکی۔"(1)

[illegible]

نعت گوئی کا عمل 'حال' ہے تو نعت خوانی 'قال' اس قال میں حال شامل ہو جائے تو نعت خواں خود کو مراتب کی بلندیوں پر محسوس کرتا ہے۔ یہ اس کی روحانی واردات بن جاتی ہے۔ کیفیتوں کی فصل کی شادابی سے آنکھوں کو طراوت ملتی ہے۔ نعت خوانی کے دوران آنکھوں سے گرنے والے آنسوؤں نے ہی تو اس فصل کو بہار آشنا کیا ہوتا ہے یہ سب کچھ نعت خواں کو زیادہ سے زیادہ ثنا خوانی پر آمادہ و راغب

[illegible]

عطا کسی پر کرم کے لیے کسی شرط کی پابند نہیں ہے۔ البتہ جس کو یہ میسر آئے اس کو سوچنا چاہیے کہ وہ اس کا کس قدر حق ادا کر رہا ہے"۔(2)

نعت خوانی کا اہل عام طور پر وہی لوگ سمجھے جاتے ہیں جن کی آواز اچھی ہو۔ سرور حسین نقشبندی کا کہنا ہے کہ

"اچھی آواز دلوں کے تار چھیڑ دیتی ہے اور سننے والا خود کو اس میں جذب ہوتا محسوس کرتا ہے۔"(3)

نعت خواں اپنی آواز کو حیطۂ ضبط میں لانے کے لیے فن موسیقی سے واقف ہونا لازم خیال کرتے ہیں۔ سرور حسین نقشبندی لکھتے ہیں کہ

"نعت خواں کا سُر شناس ہونا بھی اتنا ہی اہم جتنا خوش آواز ہونا۔ علم موسیقی سے بنیادی آگاہی کی بدولت تخلیقی صلاحیتیں پروان چڑھتی ہیں اور بندہ خود اس قابل ہو جاتا ہے کہ وہ مختلف نعتوں کی دھنیں بنائے اور اس میں مختلف راگوں کی خوبصورت آمیزش سے اس کی ظاہری شکل و صورت میں حُسن و خوبی پیدا کر کے اس کی جاذبیت اور اثر پذیری کو چار چاند لگا دے۔ اس کی بدولت وہ اس فرق کو بھی ملحوظ رکھ سکتا ہے جو نعت کو نعت ہی رہنے دے۔"(4)

دوسری جانب پروفیسر افضال احمد انور کی رائے یہ ہے کہ

"نعت خوانی کسی خاص سُر، لے، میوزک وغیرہ کی محتاج نہیں جس طرح قرآن مجید کا اپنا اسلوب، ترتیل اور نظام قرأت و تجوید ہے اسی طرح نعت خوانی کا لحن بھی خاص ہے۔ اس کی غنائیت کسی کچے پکے راگ، کسی باجے، کسی پاپ سٹائل سے ماخوذ نہیں۔ دل میں عشق مصطفےٰ ﷺ، گلے میں صفائی، آواز میں شیرینی، سانس میں پاکیزگی اور جذبے میں طاقت ہو تو خود بخود زبان پر نعت سرکار مدینہ ﷺ جاری ہو جاتی ہے۔"(5)

قرآن حکیم میں حضور علیہ الصلوٰۃ والتسلیم کی شان کے حوالے سے واضح طور پر بیان کر دیا گیا ہے

وَرَفَعْنَا لَکَ ذِکْرَکَ (الانشراح:54)

مولانا الشاہ احمد رضا خاں رحمۃ اللہ علیہ نے اس کا ترجمہ یوں کیا ہے:

"اور ہم نے تمہارے لیے تمہارا ذکر بلند کر دیا۔"

صدر الافاضل مولانا سید محمد نعیم الدین مراد آبادی رحمۃ اللہ علیہ نے "خزائن العرفان" میں اس آیت کی جو شرح کی ہے اس میں احادیث اور روایات کے حوالے بھی دیئے گئے ہیں۔

حدیث شریف میں ہے کہ سید عالم ﷺ نے حضرت جبریل سے اس آیت کو دریافت فرمایا تو انھوں نے کہا اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ آپ کے ذکر کی بلندی یہ ہے کہ جب میرا ذکر کیا جائے، میرے ساتھ آپ کا بھی ذکر کیا جائے۔ حضرت ابن عباس رضی اللہ تعالیٰ عنہما فرماتے ہیں کہ مراد اس سے یہ ہے کہ اذان میں، تکبیر میں، تشہد میں، منبروں پر خطبوں میں تو اگر کوئی اللہ تعالیٰ کی عبادت کرے ہر بات میں اس کی تصدیق کرے اور سید عالم ﷺ کی رسالت کی گواہی نہ دے تو یہ سب بیکار ہے وہ کافر ہی رہے گا۔۔۔ بعض مفسرین نے فرمایا کہ آپ کے ذکر کی بلندی یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ نے انبیاء سے آپ پر ایمان لانے کا عہد لیا۔(6)

محبوب رب کائنات کا ذکر بلند کرنے کا جو حوالہ قرآن حکیم میں مذکور ہے اس کے کئی مظاہر دیکھنے کو ملتے رہتے ہیں۔ حضور کی سیرت نگاری ہو یا آپ کی شان اقدس میں نعتیہ اشعار کا نذرانہ پیش کرنے کا عمل ہو، اہم اور معروف حوالے ہیں۔ سیرت رسول پر بھی ہزاروں کتب و رسائل اور نعتیہ کلام پر مشتمل ہزاروں مجموعے اور رسائل کے نعتیہ نمبرز، اہل ولا کی سرور سروراں ﷺ سے لازوال عقیدت کے ترجمان ہیں۔ حضور علیہ السلام کی سنت پر عمل اور احادیث میں بیان کی گئی تعلیمات کو حرز جاں بنانے کا روز افزوں میلان و رجحان بھی اصل میں آقائے نامدار علیہ الصلوٰۃ والسلام کا ذکر بلند کرنے کے نمایاں زاویے ہیں

پروفیسر محمد اقبال جاوید رقم طراز ہیں کہ

"جب اللہ تعالیٰ ہی کو یہ بات پسند ہو اور اس کے لیے باعث خوشنودی ہو کہ اس کے محبوب کا نام زیادہ سے زیادہ لیا اور بلند کیا جائے تو پھر اس کا نام لینا منشائے الٰہی کی تکمیل اور ایمان کا تقاضا ہے۔ اس حقیقت کو جس نے پالیا اس کے لیے ذکر محمد سے بہتر دنیا میں کوئی کام نہیں۔"(7)

نعت خواں اس حقیقت سے بالعموم آگاہ ہوتے ہیں کہ وہ جس عظیم ہستی کے حضور نذرانۂ عقیدت پیش کرتے ہیں اس کے خالق کائنات نے کیا ارشاد فرمایا ہے۔ چنانچہ ایک جانب نعت خواں ذکر رسول بلند کر رہا ہوتا ہے، دوسری جانب [illegible] مراتب، مدارج اور عزت میں اضافہ ہو رہا ہوتا ہے۔

نعت خواں کے پیش نظر ایک حقیقت بھی ہوتی ہے کہ [illegible] پاک کا ورد کرتا رہے۔ اس مقصد کے لیے وہ ایسی نعتوں کا انتخاب کرتا ہے جو درود آثار ہوتی ہیں۔ ورنہ یہ تو [illegible] نعت سے پہلے درود پاک پڑھا جائے یہ [illegible] اور مقبول عام روایت ہے۔ اس طرح نعتیہ محافل کے سامعین میں درود شریف پڑھنے کا شوق پیدا ہوتا ہے۔ اس طرح نعت خواں دوہرے ثواب کا حق دار ٹھہرتا ہے۔ ریاض [illegible] محافل نعت کے حوالے سے لکھتے ہیں کہ "یہ روحانی رُت جگوں کا موسم دلکشا ہے۔ قریہ قریہ عشق رسول ﷺ کی محفلیں سجائی جا رہی ہیں، خوشبوئے اسم محمد ﷺ فضاؤں میں پر افشاں ہیں، لبوں پر صل علیٰ کے پھولوں کی بہار دیدنی ہے۔ ہوائے مدینہ سے ہم کلامی کا شرف ہم غلاموں کا مقدر بن رہا ہے۔ ارض و سما کی وسعتوں میں سیدہ آمنہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا کے لال کی عظمتوں اور رفعتوں کا نقارہ بج رہا ہے۔ ہم کتنے خوش بخت ہیں کہ ہمیں محافل نعت کی سرمدی فضاؤں اور درود پڑھتی ساعتوں میں اپنی راتیں گزارنے کی سعادت حاصل ہو رہی ہے۔(8)

نعت خوانی کا ایک جذبہ محرکہ یہ ہے کہ اس کے ذریعے نعت خواں سرور کائنات ﷺ کے اخلاق کریمانہ [illegible] حاضرین اور ناظرین تک پہنچانے کا خواہش مند ہوتا ہے۔ حضور ﷺ کی تعلیمات اور اوصاف حمیدہ میں اخلاق کو [illegible] اہمیت حاصل ہے۔ اللہ تعالیٰ نے حضور نبی پاک ﷺ کو خلق عظیم پر پیدا کیا۔ ارشاد ربانی ہے:

وانک لعلیٰ خلق عظیم

ترجمہ "اے محبوب! آپ پیدا ہوئے خلق عظیم پر"

خود حضور علیہ السلام نے بھی اخلاق کی اہمیت کی جانب اشارہ کیا ہے۔

خیارکم احسنکم اخلاقاً

"ترجمہ: [illegible] سب سے اچھا وہ ہے جس کے اخلاق سب سے [illegible]"

ایک اور حدیث کے الفاظ ملاحظہ ہوں

واھدنی لاحسن الاخلاق لایھدی لاحسنھا

"اے میرے خدا! تو مجھ کو بہتر سے بہتر اخلاق کی رہنمائی [illegible]

[illegible]

[illegible] نہیں پڑھے گا تو اس کا یہ [illegible] ثواب ہوگا۔

[illegible] ہے۔ درود پاک پڑھنا [illegible]

[illegible]

إِنَّ اللّٰهَ وَمَلٰٓئِكَتَهٗ يُصَلُّوْنَ عَلَى النَّبِيِّ ؕ يٰٓاَيُّهَا الَّذِيْنَ اٰمَنُوْا صَلُّوْا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا

حضرت امام احمد رضا خاں بریلوی رحمۃ اللہ علیہ نے اس آیت کریمہ کا ترجمہ ان الفاظ میں کیا ہے۔

"بے شک اللہ اور اس کے فرشتے درود بھیجتے ہیں اس غیب بتانے والے (نبی) پر۔ اے ایمان والو اُن پر درود اور خوب سلام بھیجو۔"

"خزائن العرفان" میں مولانا سید نعیم الدین مراد آبادی علیہ الرحمۃ نے اس آیت کی تفسیر لکھتے ہوئے ایک حدیث کا حوالہ دیا۔ سید عالم ﷺ نے فرمایا کہ جب درود بھیجنے والا مجھ پر درود بھیجتا ہے تو فرشتے اس کے لیے دعائے مغفرت کرتے ہیں۔"(9)

ابوالفرح رشید وارثی رحمۃ اللہ علیہ نے اس آیت کے ذیل میں لکھا ہے کہ وَسَلِّمُوْا کے معنی ہیں تم سلام بھیجو اور تَسْلِيْمًا سے مراد ہے ذوق و شوق اور ادب و تعظیم کے ساتھ۔ اللہ تبارک و تعالیٰ نے آیۂ وَسَلِّمُوْا تَسْلِيْمًا فرما کر آپ ﷺ کی ذات اقدس پر درود و سلام پڑھنے کے حکم کو یکجا کیا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ علمائے احناف نے صراحت کی ہے کہ فقط درود یا فقط سلام پڑھنا خلاف اولیٰ ہے اور اس آیت میں تَسْلِيْمًا کا جوذکر ہے اس کے معنی آپ ﷺ پر کثرت سے درود و سلام بھیجا کرو جیسا کہ اس کا حق ہے۔(10)

نعت خوانی کی محافل میں درود و سلام پڑھنے پر جتنا زور دیا جاتا ہے اس سے کوئی شخص نابلد اور ناواقف نہیں ہے۔ نعت پڑھنے سے پہلے نعت خواں کا حاضرین کو درود و سلام پڑھنے کی دعوت دینا اور خود بھی اس فریضہ کی انجام دہی میں مصروف دکھائی دینا اس امر کی جانب اشارہ کرتا ہے کہ وہ بحضور سرور کائنات ہدیہ پیش کرنے کا خواہاں ہے۔ نعتیہ محافل کے آخر میں منظوم سلام پڑھنے کی سعادت حاصل کرنا بھی نعت خوانی کا ایک اہم محرک ہے۔

نعت خواں اس حقیقت سے بالعموم [illegible] ہستی کے حضور نذرانۂ عقیدت پیش کرتے ہیں اس کے خالق کائنات نے کیا ارشاد فرمایا ہے۔ چنانچہ ایک جانب نعت خواں ذکر [illegible]

تنہائی میں بیٹھ کر بھی درود و سلام پڑھا جا سکتا ہے مگر اجتماعی طور پر درود و سلام پڑھنا مسلّم روایات کا مستحسن اور قابلِ قدر سلسلہ ہے۔

نعت خوانی کا ایک اور محرک آقائے نامدار ﷺ سے اپنی غیر متزلزل وابستگی کا برسرِ محفل اعلان کرنا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ بعض ایسے لوگ بھی نعت خوانی کرتے نظر آتے ہیں جو خوش الحانی کی نعمت سے تو محروم ہیں لیکن ان کا شوقِ فراواں انہیں اس سعادتِ عظمیٰ کے حصول پر آمادہ و راغب کرتا ہے۔

نعت خوانی کا ایک محرک لازماً تشہیرِ ذات بھی ہے۔ انسان چاہتا ہے کہ اسے اپنی کسی ایک یا زیادہ خوبیوں کی بنا پر سراہا جائے اور یادگار رکھا جائے۔ اس مقصد کے لیے وہ اپنی صلاحیتوں کے مطابق کسی ایک شعبہ میں تخصص حاصل کرنے کی مساعی کرتا ہے۔ وہ افراد جو تخلیقِ شعر کی صلاحیتوں سے مالا مال نہیں ہوتے، اُن کے تخلیقی سوتے آب دار نہیں ہوتے، ان کا رجحان کشفِ ذات اور اظہارِ شخصیت کے دوسرے ذرائع اور قرینے تلاش کرتا ہے۔ نعت خوانوں کا معاملہ بھی کم و بیش یہی ہوتا ہے۔ خوش الحانی عطائے ربی ہے۔ نعت خواں اپنی اس صلاحیت سے فائدہ اٹھاتے ہوئے حضور اکرم ﷺ کے حضور اپنی عقیدتوں کا نذرانہ پیش کرنے کو اپنے فن کی معراج سمجھتے ہیں۔

نعت خوانی قلبی نسبتوں کا معاملہ ہے اور در حضور ﷺ سے نسبت کا کیا کہنا۔ یہ نسبت ایسی نسبت ہے جو نعت خوان کے دل سے تشہیرِ ذات کی آلودگی کھرچ ڈالتی ہے۔ اور دل مصفّٰی ہو جاتا ہے تو نعت خواں کے احترام کے بند دریچے کھل جاتے ہیں۔ یعنی حضور ﷺ سے محبت کرنے والے نعت خوانوں سے عوام و خواص محبت کرنے لگتے ہیں۔ اچھی آواز نعت خوانی کے لیے میرے خیال میں ضروری نہیں ہاں، اچھی آواز نعت خوانی کے فن میں "محبوبیت" ضرور پیدا کر دیتی ہے۔ از دل خیزد از دل ریزد والا معاملہ بن جاتا ہے۔

ڈاکٹر سلیم اختر ایک جگہ لکھتے ہیں کہ "افراد میں بالعموم اور فن کاروں میں بالخصوص ایک خاص قسم کا احساسِ محرومی پایا جاتا ہے، یہ احساس متنوع عوامل کا پیدا کردہ ہو سکتا ہے اور مختلف افراد میں ردِ عمل بھی یکساں نہیں ہوتا۔ لیکن اتنا ضروری ہے کہ کبھی اس ناتمامی کے احساس سے چھٹکارا پانے کی خاطر کسی آدرش کو اپنا لیتے ہیں جو مقصدِ حیات بھی ہو سکتا ہے اور نظریۂ حیات بھی۔ یہ تعمیری بھی ہو سکتا ہے اور تخریبی بھی۔"(11)

ڈاکٹر صاحب کی بات اپنی جگہ درست ہو سکتی ہے مگر اللہ اور اللہ کے رسول ﷺ کے حضور، حضوری کسی دنیادی نوعیت کے احساسِ ناتمامی ہی کے لیے نہیں ہوتا۔ اس میں آخرت کی منزلوں سے کامیابی کے ساتھ گزرنے کی تمنائیں بھی شامل ہیں۔ اللہ اور اس کے رسول ﷺ کے ساتھ محبت نظریۂ حیات ہے اور مقصدِ زیست بھی جو سراسر تعمیری عمل ہے۔ نعت خواں اپنے اس مقصدِ زیست کا اعلان نعت خوانی کے ذریعے کرتا ہے مگر وہ نعت خواں جن کا بنیادی مقصد حصولِ زر ہی ہو، پسندیدہ قرار نہیں پاتے۔ پروفیسر جاوید اقبال کی رائے ملاحظہ ہو۔

"لحن داؤدی سے مخصوص [illegible] شاعری میں [illegible] ہوتی ہے۔ آپ [illegible] [illegible] قائم کرنے [illegible] نعت [illegible] تحسین کا [illegible] چونکہ [illegible] علیہ الصلوٰۃ [illegible] کی ترغیب دینے [illegible] کرنے کا ہے۔"(12)

اعلیٰ حضرت نے نعت گوئی کو تلوار کی دھار پر چلنے کے مترادف قرار دیا ہے۔ لہٰذا اس رائے کا اطلاق نعت خوانی [illegible] ہے۔ کیوں کہ نعت خواں کو بھی اپنے آپ کو [illegible] معطر کرنا ہوتا ہے۔ کلام کے [illegible] اور وقت پڑھتے وقت نعت [illegible] کلام کا معیاری ہونا ضروری ہے۔ عین ایسا ہو کہ نعت کی اثر پذیری میں اضافہ ہو۔ نعت پڑھتے وقت اُس کی حرکات و سکنات شرعی اور اخلاقی حدود کے مطابق ہوں۔ ڈاکٹر خواجہ عابد نظامی نے اپنے ایک مضمون میں حضرت محبوبِ الٰہی خواجہ نظام الدین اولیاء رحمۃ اللہ علیہ کے آدابِ محافلِ حمد و نعت کے تین رہنما اصول کا حوالہ دیا ہے یعنی (1) زمان (2) مکان (3) اخوان (13)

"زمان" سے مراد ہے کہ ان محافل و مجالس کیلیے وقت ایسا مقرر کیا جائے جس سے کسی نماز کے قضا ہونیکا خطرہ نہ ہو۔

"مکان" سے مراد ان محفلوں کے لیے مقام یا جگہ ایسی مقرر ہو جہاں ہمسائے میں رہنے والے لوگوں کے آرام میں خلل نہ پڑے۔ کوئی طالب علم ہے تو اس کی پڑھائی میں حرج نہ ہو۔ کوئی بیمار ہے تو اس کو تکلیف نہ ہو۔

"اخوان" سے مراد یہ ہے کہ محفل کے شرکاء (یعنی سامعین) سب کے سب ہم ذوق اور ہم مسلک ہوں۔ یہ بھی ضروری ہے کہ یہ سب باادب اور باوضو شریک ہوں۔ ایسا نہ ہو کہ کسی افسردہ شخص کے غیر محتاط رویے کے اظہار سے پوری محفل میں افسردگی پھیلے۔(14)

ممتاز نعت خواں سرور حسین نقشبندی نے اپنے نعتیہ رسالہ "مدحت" کے دوسرے شمارہ میں نعت کے حوالے سے ایک اہم موضوع پر قلمی مذاکرہ کا اہتمام کیا ہے جس کا عنوان ہے "نعت معاشرتی رویوں میں تبدیلی کا ذریعہ"۔ اس ضمن میں ڈاکٹر محمد اسحاق قریشی کی رائے شامل ہے۔ موصوف کا کہنا ہے کہ

"نعت تقدیس کا پیغام ہوتی ہے چند لمحوں کے لیے ہی سامعین ایک روحانی فضا میں ہوتے ہیں۔ بار بار ایسی فضا نصیب [illegible] [illegible] کی نمو [illegible] نعت [illegible] تطہیر، [illegible] محرک بنتی ہے [illegible] نے لگتی ہے۔ سچی [illegible] ایک ایسا ذریعہ ہے [illegible] آشنا ہونے لگتا ہے اور معاشرتی رویوں میں بتدریج تبدیلی آنے لگتی ہے۔"(15)

ڈاکٹر محمد اسحاق قریشی کی اس وقیع رائے کا اطلاق نعت نگار کے ساتھ ساتھ نعت خواں پر بھی کیا جا سکتا ہے اس لیے کہ نعت خواں تحت اللفظ کے بجائے مترنم انداز میں نعت شریف پڑھتے ہیں اور ترنم کی تاثیر شرکائے محفل کی وارفتگی میں اضافہ کر دیتی ہے۔ ناظرین و حاضرین جتنی دیر محفلِ نعت میں موجود رہتے ہیں انوار کی بارش ہوتی رہتی ہے۔ یہی موقع ہوتا ہے کہ اپنی سابقہ طرزِ زندگی پر ناقدانہ نگاہ دوڑائی جائے، اور اپنا احتساب خود کیا جائے تاکہ "اندر کی تبدیلی" کے لیے راہ ہموار کی جا سکے۔ کیوں کہ معاشرتی رویوں میں تبدیلی کے لیے انسان کے ظاہر و باطن دونوں میں شائستگی اور نرم خوئی لازم ہے۔

اعلیٰ حضرت نے نعت گوئی کو تلوار کی دھار پر چلنے کے [illegible] [illegible] نعت خواں [illegible] احتیاط [illegible] سے معطر [illegible] نعت خواں [illegible]

حوالہ جات

1- محمد اقبال جاوید، نعت میں [illegible]، [illegible] نعت ریسرچ سینٹر، 2008، ص 85
2- افضال احمد انور، پروفیسر، نعت خواں سے [illegible] ضابطہ اخلاق، مشمولہ کاروانِ نعت، کتابی سلسلہ، نعت خوانی نمبر (مدیر ابرار حنیف مغل) شمارہ [illegible] 2007، ص 250
3- محمد ابرار حنیف مغل، نعت خواں [illegible] مشمولہ کاروانِ نعت، نعت خوانی نمبر ص [illegible]
4- سرور حسین نقشبندی، نعت خوانی کی فنی ضروریات، مشمولہ کاروانِ نعت، نعت خوانی نمبر ص 330
5- [illegible] ص 300
6- افضال احمد انور، پروفیسر، نعت خواں کیلیے ضابطہ اخلاق، مشمولہ: کاروانِ نعت، نعت خوانی نمبر، ص 254
7- محمد نعیم الدین مراد آبادی، خزائن العرفان، کراچی: دار العلوم امجدیہ، س ن، ص 506
8- ریاض حسین چودھری، نعت خوانی اور ہوسِ زر، مشمولہ: کاروانِ نعت، نعت خوانی نمبر، ص 246
9- خزائن العرفان، ص 500
10- رشید وارثی، ابوالفرح، 11- سلیم اختر، ڈاکٹر
12- نعت میں کیسے کہوں، ص 75
13- نظام الدین اولیا، خواجہ، بحوالہ آدابِ محافلِ حمد و نعت، مضمون نگار: ڈاکٹر خواجہ عابد نظامی، مشمولہ: کاروانِ نعت، نعت خوانی نمبر، ص 266
14- عابد نظامی، ڈاکٹر، خواجہ، آدابِ محافلِ حمد و نعت، مشمولہ کاروانِ نعت، نعت خوانی نمبر، ص 266
15- محمد اسحاق قریشی، ڈاکٹر، قلمی مذاکرہ، نعت معاشرتی رویوں میں تبدیلی کا ذریعہ، مشمولہ مدحت کتابی سلسلہ، لاہور، (مدیر سرور حسین نقشبندی) شمارہ نمبر 2، جون تا ستمبر 2010، ص 223

خبردار
پھاٹک کے بغیر ریلوے کراسنگ کو عبور
کرتے وقت ہمیشہ رُکیئے
کے بعد ہی کراسنگ کو عبور کریں کہ
گاڑی تو نہیں آ رہی۔
احتیاط کیجئے
اور خطرناک حادثات سے بچیئے
جہاں پھاٹک نہ ہو وہاں گزرنے والے پر احتیاط لازم ہے
(ریلوے ایکٹ 1890، موٹر وہیکل آرڈیننس 1965)
آپ کا تعاون، محفوظ سفر کا ضامن
عزمِ نو
پاکستان ریلوے

مروجہ جلسے: ایک بے لاگ تجزیہ

مولانا صغیر اختر مصباحی

کوئی دور تھا جب ذکر خیر کی مجلس "محفل وعظ و نصیحت" ہوا کرتی تھی جو اپنی افادیت و معنویت کے لحاظ سے بہر حال انتہائی پر تاثیر ہوتی تھی۔ آج یہ محفلیں جلسہ، اجلاس اور کانفرنس کے نام سے موسوم ہوتی جارہی ہے اور جب لفظ کانفرنس بھی ہر خورد وکلاں کے ہاتھ لگ گیا تو "ارباب حل وعقد نے" اس عمل خیر کی ذرا سی نوعیت بدل کر سمپوزیم یا سیمینار جیسے طلسماتی ناموں سے جلسوں کی طرف سامعین کی توجہ مبذول کرانا شروع کردی ہے اور آگے آگے دیکھیے ہوتا ہے کیا؟

ان تاکلوں کی حقیقی حیثیت و بیچگی سے قطع نظر یہ اجلاس جتنے مفید ہونا چاہیے تھے دکھتے نہیں۔ یقیناً عہد رفتہ کی "محفل وعظ ونصیحت" جتنی سودمند، نتیجہ خیز، سبق آموز اور بصیرت افروز ہوتی تھی دور حاضر تو کیا ماضی قریب بھی اس کی گرد کو نہیں پہنچتا۔ آج وہ نیک نیتی، خیر خواہی، ذوق نصیحت، خلوص عمل اور بے لوث جذبات کہاں سے آئیں جو ان محفلوں کے اصل محرک اور آلۂ کار ہوا کرتے تھے، بھاری بھرکم نذرانوں کی طلب یا چمک نے خلوص کار افراد کے جذبۂ خیر سگالی کو بھی بے حد متاثر کردیا ہے، اب مخلصوں کے بھی ناز نخرے بڑے حوصلہ شکن اور روح فرسا ہوتے جارہے ہیں۔

میدان خطابت کا نقشہ یک لخت الٹا ہوا نظر آرہا ہے، مقررین کا کام شعلہ بارانہ خطاب فرما کر مجمع سے اچھل کود کی داد وصول کرنا ہے، رہے خطاب کے پیچ وخم تو اس کیلئے مقامی علماء میتوں تک مناسب یا غیر مناسب توجیہ کرتے رہیں۔ ہاں مقامی علماء کو یہ بھی جواب دینا ہے کہ خطیب ہندوستان نے عشاء کی نماز کیوں نہیں پڑھی؟ فجر کے وقت کیوں سوتے رہ گئے؟ طرفہ تماشہ یہ بھی ہے کہ بعض بعض کی جسارت تو یہاں تک بڑھ گئی ہے کہ بڑی طمطراقی سے فرمادیتے ہیں کہ تقریر کرنے بلایا ہے یا نماز پڑھنے؟ مگران غافلوں کو یہ احساس ہرگز نہیں کہ تقریر کی گزارش یا حکم تو منتظمین کی طرف سے ہے اور نماز کا حکم احکم الحاکمین کی طرف سے......! ذرا غور کریں کہ اس جملہ نے آں جناب کو کہاں پہنچادیا؟

بے عملی کے ساتھ بدعملی بھی در آئی ہے کبھی چور دروازے سے اور کبھی صدر دروازے سے، بعض "علامہ" بڑی بے باکی سے مین کو غین کرنے کی کوشش میں لگے ہیں جو ایک عام انسان کیلئے بھی سنگین جرم ہے "علامہ" تو پھر علامہ ہیں۔ (العیاذ باللہ)

اسی طرح نعت خوانی جو ایک عافیت بخش، عاقبت افروز اور خالص عقیدت مندانہ عمل ہے دور حاضر میں اس کی وہ آن بان نہیں رہی، نعت خوانوں کی شرمناک و نازنین ادائیں اور رقصانہ طرز خواندگی رونق بازار (اجلاس) ہوکر رہ گئی ہیں جس سے نعت خوانی کی روحانیت اور فطری کیفیت مجروح ہوچکی ہے۔

ایک جلسہ میں ایک شاعر اعظم کے بارے میں انتظامیہ کے بعض افراد سے سنا گیا کہ جس وقت سے تشریف لائے ہیں اپنے موبائل میں مصروف ہیں اور موبائل کی مصروفیت کوئی اور نہیں بس موبائل گیمس سے غایت درجہ دلچسپی نے سکون وآرام غارت کر رکھا ہے میں اس کی تصدیق کے لیے اسٹیج پر ان کے جوار میں بیٹھا، میں نے مصافحے کے لیے ہاتھ بڑھائے، میری یہ مخلصانہ پیشکش بڑی ناگواری سے قبول فرمائی اور پھر سے اپنے سابقہ عمل میں مصروف ہوگئے۔ حد تو یہ کہ نعت پڑھنے کے لیے کھڑے ہوئے اور اپنی باری نبٹانے کے بعد بیٹھتے ہی موبائل میں لگ گئے۔ جی میں بہت کچھ آیا مگر ہمت جی کا ساتھ نہیں دے سکی۔ بعد میں معلوم ہوا کہ شاعر صاحب سترہ ہزار میں آئے تھے۔ وہ تو کہیے کہ خیر سے انتظامیہ کو چندہ فراہمی کا انتہائی شوق ہے ورنہ اس طرح کی حرکتیں مارکیٹ ڈاؤن کردیتیں۔

اگرچہ جلسوں کا مقصد اصلی نعت خوانی و تقریر ہوتا ہے مگر جہاں تک میری نظر کام کرری ہے جلسہ کے مندرجہ ذیل پانچ اجزائے ترکیبی ہوتے ہیں۔

(۱) تلاوت (۲) نعت (۳) تقریر (۴) سلام (۵) دعا

میں سلسلہ وار ہر ایک پر گفتگو کرنا مناسب سمجھتا ہوں۔

تلاوت: مقصد، افادیت اور رواج:

محفل کا آغاز تلاوت کلام پاک سے اس لیے کیا جاتا ہے کہ تلاوت کی برکتوں سے ماحول میں روحانیت آئے، نور ورحمت کی برسات ہو اور محفل کا انجام بخیر ہو مگر اس مہتم بالشان کار خیر و عمل سعادت کی اہمیت کو سراسر نظر انداز کردیا جاتا ہے، تلاوت ہوتی رہتی ہے اور آداب تلاوت پامال ہوتے رہتے ہیں۔ جبکہ سچائی یہی ہے کہ قاری اور تالی کی نیت جو بھی ہو کم از کم سننے والوں کو تلاوت کے آداب ملحوظ رکھنا ہی چاہیے۔

جہاں تک تلاوت کلام پاک کا سوال ہے ہمیں ہمہ تن گوش ہوکر سننے کا حکم ہے حتیٰ کہ اسم جلالت سن کر کلمۂ جلالت اور اسم رسالت سن کر صیغۂ درود وسلام پڑھنے کی بھی گنجائش نہیں ہے، اسی طرح دوران تلاوت سبحان اللہ و ماشاء اللہ کی سرمدی صدائیں تو درکنار سرگوشیوں کی بھی اجازت نہیں ہے

پھر کسی شیخ طریقت، خطیب ہندوستان یا شاعر اعظم کی آمد پر پر جوش استقبال چہ معنی دارد؟

لطیفہ: سنا تھا کہ فلاح بزرگ تقویٰ شعار، سنت مآب اور شریعت شناس ہیں قرب وصحبت نہ ہونے کی وجہ سے تجربہ نہیں تھا مگر ایک چشم دید واقعہ نے ''شنیدہ کے بود مانند دیدہ'' مقولہ سچ کر دکھایا۔

واقعہ یہ ہے کہ ان کے یہاں ایک عرس کی تقریب میں راقم السطور بھی حاضر ہوا، رات کا سہانہ سماں تھا، جلسہ اپنے ابتدائی مراحل سے گزر چکا تھا، شیخ طریقت کی آمد کے بعد اب باقاعدہ اجلاس کا آغاز ہوا، بڑی روح پرور اور کیفیت آور تلاوت ہو رہی تھی، مجمع پر پُرشوق خاموشی چھائی ہوئی تھی، اچانک شیخ طریقت نے تھوڑے فاصلے پر تشریف فرما فرزند گرامی کو بلایا، محترم گئے اور دیر تک دونوں کے درمیان گفتگو ہوتی رہی جب کہ تلاوت اسی آن بان کے ساتھ چلتی رہی، اس حادثہ نے مجھے جھنجوڑ کر رکھ دیا۔ (ممکن ہے کہ بعض دیگر افراد بھی میری طرح اس کیفیت سے دوچار ہوئے ہوں) خیر سے تلاوت ختم ہوئی فرزند گرامی نے پر مسرت انداز میں مائک سنبھالا اور یوں اعلان ارشاد فرمایا: سبحان اللہ والد گرامی (ایک مخصوص لقب کے ساتھ) کی خواہش ہے کہ وہ ان تلاوت کردہ آیات کی تفسیر فرمائیں گے، لہٰذا میں گزارش کرتا ہوں کہ

اعلان ہوتے ہی مجمع سے پر جوش نعرے بلند ہونے شروع ہو گئے پھر اس کے بعد حضرت نے وہ تفسیر بیان فرمائی جسے تمام تر عقیدت و رعایت کے باوجود محترم صاحبزادے بھی تفسیر کا نام نہیں دے سکتے۔

خیر یہ تو ایک شیخ طریقت کی بات تھی، دوران تلاوت اس طرح کی واردات ایک عام بات ہو گئی ہے، کیا عوام کیا خواص؟ اس تعلق سے میں یہی کہوں گا کہ دوران تلاوت ''واذا قری القرآن الخ'' کے لازمی تقاضوں کو پورا کرنا ملت کے ہر فرد کی ذمہ داری ہے اس کے لیے عوام سے زیادہ علماء اور علماء میں بھی بزرگ علماء کہیں زیادہ ذمہ دار ہیں، اللہ رب العزت حال بحال رکھے (آمین)

نعت: مقصد، افادیت اور رواج:

ہم پہلے ہی عرض کر چکے ہیں کہ نعت خوانی ایک عافیت بخش، عاقبت افروز اور خالص مخلصانہ عمل ہے۔ البتہ موجودہ دور میں اس کی یہ معنوی حیثیت کس حد تک باقی یا دریافت ہے زیر بحث ہے ایسی محفلیں کم ہیں جن میں اس واقعیت کا بھرم رکھا جاتا ہے ورنہ حالات انتہائی ناگفتہ بہ ہیں۔

اولاً تو زینت منبر شعراء میں ایک بڑی تعداد ایسے افراد کی ہے جنہیں شاعری چھو کر نہیں گزری مگر ہیں ''شاعر اسلام'' آخر ہمیں اس سے بحث اس لیے بھی نہیں ہے کہ جلسوں کو نعت خوانوں کی تلاش ہوتی ہے خیر سے نعت خواں نعت گو بھی ہو تو سونے پہ سہاگہ ہے البتہ مقطع چھوڑ کر یا

دوران تلاوت ''واذا قرئ القرآن الخ'' کے لازمی تقاضوں کو پورا کرنا ملت کے ہر فرد کی ذمہ داری ہے اس کے لیے عوام سے زیادہ علماء اور علماء میں بھی بزرگ علماء کہیں زیادہ ذمہ دار ہیں، اللہ رب العزت حال بحال رکھے (آمین)

جسارت کرتے ہوئے مقطع میں اپنا تخلص جڑ کر پڑھنا دیانت کے خلاف ہے۔

ان شاعروں سے کہیں زیادہ افسوسناک ان کی ''دریافت'' ہے جو جلسوں کی زینت تو کم ان کے ہم رتبہ سامعین کیلئے ''سامان طرب'' زیادہ ہوتی ہے۔ ہمیں کلام کی فنی، علمی اور لسانی حیثیت پر اس لیے تبصرہ نہیں کرنا ہے کہ عوام کے سامنے اس طرح کا کلام ہی مقبول ہوتا ہے اس لیے کہ جن سے داد اور کھاد لینا ہے ان کے مبلغ علم کی رعایت ایک ''دانشمندانہ اقدام'' ہے ہاں اتنی بات ضرور ہے کہ اس ''دانشمندانہ اقدام'' سے دانش مند کے ''مبلغ لیاقت'' کا بھرم کھل جاتا ہے۔ یہاں یہ عذر بھی نہیں کیا جا سکتا عوام کا مزاج ہی یہی ہے، اس لیے کہ شاعروں کو تمام تر ناز وادا کے ساتھ سر کا تاج بنا کر لانے والوں سے اس عزت افزائی کا فائدہ اٹھا کر کوئی بھی تبدیلی لائی جا سکتی ہے۔

مروجہ نعت گوئی میں ضمناً حمد خوانی بھی شامل ہے اور التزاماً منقبت خوانی بھی۔ البتہ حمد خوانی کم یاب ہے جس کا ہمیں بے حد افسوس ہے اور منقبت خوانی کی کثرت نے خود نعت خوانی کو بھی متاثر کر دیا ہے۔

شعری پیکر میں بزرگوں کا ذکر منقبت کہلاتا ہے، ہماری فطرت وعقیدت کا عین تقاضا ہے کہ منقبت کے ورد سے ہماری زبان تر وتازہ رہے مگر نعت پاک میں منقبت کی اس طرح آمیزش کہ نعت پر منقبت غالب آجائے! نعتیہ آداب کی ان دیکھی ہے۔ میرا خود مشاہدہ ہے کہ بعض محفلوں میں نعت کے مقابلہ میں منقبت زیادہ مقبول ہوتی ہے جو یقیناً مقام عبرت ہے اور اس سے بڑھ کر مقام عبرت یہ ہے کہ کبھی اسلاف کے بالمقابل اخلاف کی منقبت اور مرحومین کے بالمقابل موجودین کی منقبت مقبول تر ہو جاتی ہے خصوصاً خانقاہی مشاعرے یا جلسے اس کی زندہ وجاوید مثال ہیں۔

تقریر: مقصد، افادیت اور رواج:۔

وعظ و نصیحت جو اب ''تقریر'' ہو کر رہ گئی ہے اس کا

اہم اور خاص مقصد تھا کہ معصیت کی آلائشوں میں مبتلا انسانیت کو صحیح سمت دکھا کر تزکیہ نفس، طہارت فکر اور محاسبہ ذات کیلئے ہموار و سازگار کیا جائے تاکہ انسانی ذہن اور دماغ پر چھائے غفلت کے دبیز پردے اٹھ جائیں اور حقیقتہً عبد اپنے معبود حقیقی سے قریب ہو جائے۔

دل فطرتاً رقیق ہوتا ہے، صحیح سمت کی رہنمائی دل کو کسی حد تک متاثر ضرور کرتی ہے مگر صحیح سمت کی رہنمائی یا تو ہوتی نہیں ہے اور اگر ہوتی بھی ہے تو انداز رہنمائی موثر نہیں ہوتا۔ رہنما یا رہنمائی کی کمزوریاں اس خاص مقصد کو بروئے کار لانے میں ایک حد تک رکاوٹ بن جاتی ہیں جس کا تدارک وقت کی اہم ضرورت ہے۔

اس حقیقت کو نظر انداز نہیں کیا جاسکتا کہ اب وعظ و نصیحت سے کہیں زیادہ تقریر بیانی بلکہ تقریر خوانی چل رہی ہے، گا گا کر تقریر پڑھی جاتی ہے، موضوع کا تعین ہی نہیں اور اگر موضوع متعین کر دیا جائے تو اس پر خاطر خواہ عمل نہیں ہے "محنتانہ" وصول کرنے کیلئے کچھ ایسی جد و جہد جاری رہتی ہے جو مفید کم اور غیر مفید زیادہ ہوتی ہے۔ خواہ مخواہ تقریر کو طول دیا جاتا ہے گویا وقت گھسیٹا جا رہا ہے۔ جبری زور بیان فطرت پر گراں گزرتا ہے جو بات نرم اور شائستہ انداز میں دو پانچ منٹ میں کہی جا سکتی ہے اس کو تکرارات و قافیہ پیمائی کے ذریعہ تطویل لاطائل کر دیا جاتا ہے اور یہ ٹٹولنے کی قطعاً ضرورت محسوس نہیں ہوتی کہ ضرورت کیا ہے اور اس ضرورت کی مناسب و مفید تکمیل کس طرح ممکن ہے؟ میدان خطابت میں کچھ ایسے شہسوار بھی ہیں جو گوناگوں صلاحیت رکھتے ہیں اور اگر ذرا سی دلچسپی سے کام لیں تو اپنی خداداد صلاحیت سے اصلاح و فلاح کے اہم پہلو بیان کر سکتے ہیں مگر "سامان تجارت" جب یونہی بک رہا ہے تو ڈسپلے کی ضرورت کیا ہے؟

جلسوں میں ایک عجیب رسم یہ بھی در آئی ہے کہ بعض تسبیحی و تہلیلی کلمات مثلاً سبحان اللہ وغیرہ کو محض شجعی کلمات بنا کر رکھ دیا گیا ہے۔ ان کلمات کے واقعی فضائل گنائے جاتے ہیں ان کلمات کی افادیت و برکت یقیناً مسلم ہے مگر شاعر یا مقرر کی اس مقصد خیر کے پس پردہ پسنجر کو ایکسپریس بلکہ سپر فاسٹ بنانے کی پر شوق کوشش ہوتی ہے، آں جناب نے خود کو اتنا متاثر کر رکھا ہے کہ اس کے بغیر دو قدم چلنا بھی دوبھر ہو جاتا ہے ہاں اگر کوئی دوسرا مائک پر کام سے لگا ہو تو ان "فضائل شماروں" کو اس ثواب و برکت کی قطعاً ضرورت نہیں ہوتی۔ اب وہ اس طرح محو گفتگو ہو جاتے ہیں گویا وہ ابھی بھی منصب خطابت پر ہیں۔

نذرانوں کی تہ بازاری یا ان کی جبریہ تحصیل کے تعلق سے صرف اتنا ہی کہوں گا کہ امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کسی بھی عالم کا منصبی اور ملی فریضہ ہے اور اس کی انجام دہی کے لیے اسے اپنے ہی کاندھوں کا بوجھ بننا تھا یہ تو اس کے لیے زریں موقع ہے کہ قوم نے اس کا بوجھ اپنے کاندھوں پر اٹھا رکھا ہے مگر اس بار برداری کے "قصورواروں" سے ساری شرافتوں کو داؤ پر لگا کر مزدوری سے زیادہ دبنگ انداز میں نذرانے وصول کیے جاتے ہیں جو غیر ذوی العقول کے لیے بھی مقام عبرت ہے۔

سلام: مقصد، افادیت اور رواج:

صلوٰۃ و سلام وہ عمل خیر ہے جس کی لازوال برکتیں بندہ کو ابدی سعادت اور دائمی فیروز بختی کی ضمانت دیتی ہیں، اس کے استحسان و شوق مندی کا اندازہ اس سے لگایا جا سکتا ہے کہ یہ خود باری تعالی کی سنت ہے، اس کے سراپا عصمت فرشتے بھی اس کا اہتمام کرتے ہیں اور ایمان و یقین کی دولت سے سرفراز خوش نصیبوں کو اس عمل خیر کی بجاآوری کی تاکید ہے۔

درود و سلام کے فضائل و مناقب پر دفتر کے دفتر تحریر کیے جا چکے ہیں، اس کی فضیلت پر بولنے کا موقع ہو تو گھنٹوں تک زبان چلتی رہے اور جھکنے کا ذرا بھی نام نہ لے مگر جب کسی اجلاس میں سلام پڑھنے کا وقت ہو تو یہ اختتام اجلاس کا علامتی نشان بن کے رہ جاتا ہے۔ اس موقع سے بڑے بڑے اچھوں کو بھی صرف دو تین اشعار پڑھنے کی تاکید کرتے دیکھا گیا ہے اور اگر خوش قسمتی سے کچھ زائد اشعار پڑھ دیے گئے تو پر غضب چہرہ کے نشیب و فراز دیدنی ہوتے ہیں۔ مجھے یہ پوچھنے کا حق ہے کہ اگر درود و سلام واقعتاً فضیلت و برکت کا آبشار ہے اور یقیناً ہے تو پھر اس بے توجہی و بے نیازی کا مطلب؟

عقیدت و محبت رسول ﷺ کا تقاضا ہے کہ کم از کم قدر معتد بہ اشعار تو پڑھے جانا چاہیے یا یہاں بھی رسم و رواج ہی کا بول بالا رہے گا۔ اس سے تو بہتر تھا کہ آسمان خطابت کے درخشندہ ستارے اور

جلسوں میں ایک عجیب رسم یہ بھی در آئی ہے کہ بعض تسبیحی و تہلیلی کلمات مثلاً سبحان اللہ وغیرہ کو محض شجعی کلمات بنا کر رکھ دیا گیا ہے۔ ان کلمات کے واقعی فضائل گنائے جاتے ہیں ان کلمات کی افادیت و برکت یقیناً مسلم ہے مگر شاعر یا مقرر کی اس مقصد خیر کے پس پردہ پسنجر کو ایکسپریس بلکہ سپر فاسٹ بنانے کی پر شوق کوشش ہوتی ہے

(چمنستان نعت ومنقبت کے طائران خوش الحان ذرا کچھ کم وقت صرف کرتے کہ اس لاہوتی عمل کو تو مقام واقعی مل جاتا۔ خیر دعا فرمائیں کہ ہماری محفلیں اس لطف وسعادت سے باقاعدہ بہرہ مند ہوتی رہیں (آمین)

دعا مقصد، افادیت اور رواج

دعا عبادتوں کا مغز ہے، دعا کے لیے پر شوق اہتمام ہونا چاہیے، لہٰذا مناسب ہے کہ اپنی ناہموار زندگی کے نشیب و فراز ذہن و دماغ میں حاضر رکھیں اور کارساز حقیقی کی قہاری وغفاری کے احساسات جاگتے رہیں، سراپا خاکساری کا نمونہ بن کر خود کو اس بارگاہ عظمت و جلال میں حاضر جانئے اور پورے خشوع وخضوع کے ساتھ باب رحمت پر دستک دیجیے گویا ایک سنگین مجرم اپنے جرم کا اعتراف کرتے ہوئے اپنی خود سپردگی کا اعلان کر رہا ہے۔

اس بارگاہ میں خود کو جتنا ہو سکے شرمسار کریجیے، دل پر انکساری کی ایسی کیفیت طاری کریجیے کہ چشم بے باک سے رخسار پر اشک ندامت چھلک اٹھیں اور اس بے نیازی کے سامنے اپنی نیازمندی کا بھرپور ثبوت پیش کرتے ہوئے دنیا و آخرت کی فلاح و بہبود کے لیے دست دعا دراز کر دیجیے، اپنا، اپنی قوم وملت اور اپنے ملک کا درد والم بیان کیجیے۔ مجھے یقین ہے کہ ابھی پورے طور پر اپنی بات ختم بھی نہ ہوگی کہ رحمت حق اپنی شان کریمی کا بے انتہا مظاہرہ فرما دے گی، کرم کے بادل چھائیں گے اور گوہر مراد سے دست طلب بھر جائے گا۔

یہ ایک مسلمہ حقیقت ہے کہ ضرورت جتنی زیادہ شدید ہوتی ہے ضرورت مندوں کے چہرہ پر اتنے ہی زیادہ زبردست تاثرات ہوتے ہیں اور اس کی طلب کیلئے ویسا ہی اہتمام بھی کرتا ہے۔ خوش حالوں کو کوئی دیگر ضرورت نہ ہوتے ہوئے بھی رحمت الٰہی اور کرم خداوندی کی ضرورت تو بہر حال ہوتی ہی ہے اس لیے ان محفلوں میں کوئی سازگار ماحول برپا کرنا مشکل تو ہو سکتا ہے مگر ناممکن نہیں۔ میرے خیال میں کچھ نہ کچھ ماحول تو بہر حال برپا کیا جا سکتا ہے مگر ہے افسوس! دعائے خیر کا یہ خوش گوار موقع بھی بے توجہی اور عدم دلچسپی کی نذر ہو جاتا ہے۔ نہ کوئی شوق و اہتمام اور نہ کوئی باقاعدگی۔ ایک رسم تھی جو کسی حد تک نبھالی گئی، البتہ بعض موقعوں پر اس رسم کا اہتمام دعا کو "شب ہجراں" سے زیادہ طویل کر دیتا ہے۔ باری باری ہر بڑی شخصیت کی شکایت مٹانے کی کوشش اٹھے ہاتھوں کو تھکا دیتی ہے اور انجام یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ ناعاقبت اندیشی دعا کو ادھورا چھوڑنے پر مجبور کر دیتی ہے۔

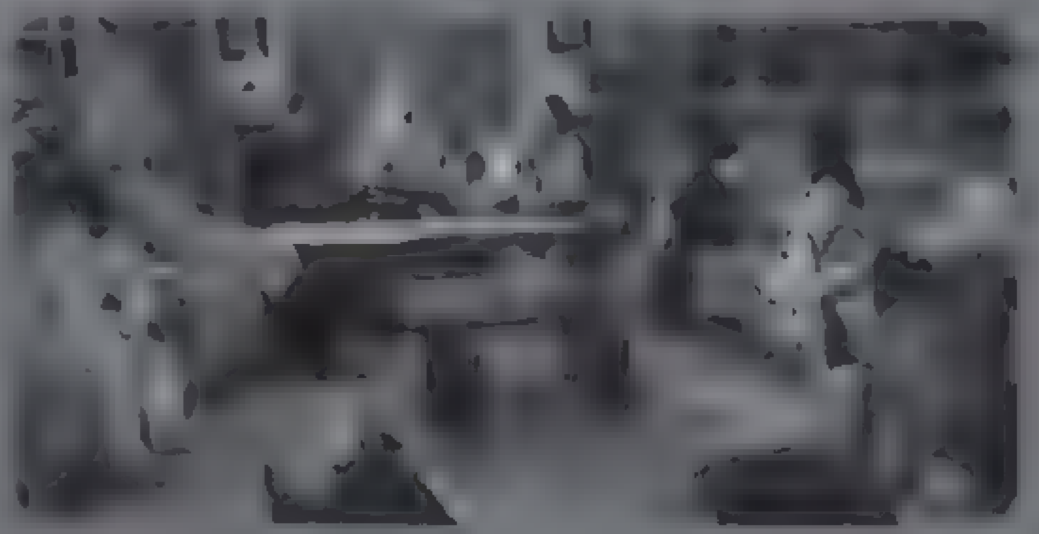
> دعا عبادتوں کا مغز ہے، دعا کے لیے پر شوق اہتمام ہونا چاہیے، لہٰذا مناسب ہے کہ اپنی ناہموار زندگی کے نشیب و فراز ذہن و دماغ میں حاضر رکھیں اور کارساز حقیقی کی قہاری وغفاری کے احساسات جاگتے رہیں، سراپا خاکساری کا نمونہ بن کر خود کو اس بارگاہ عظمت وجلال میں حاضر جانئے اور پورے خشوع وخضوع کے ساتھ باب رحمت پر دستک دیجیے

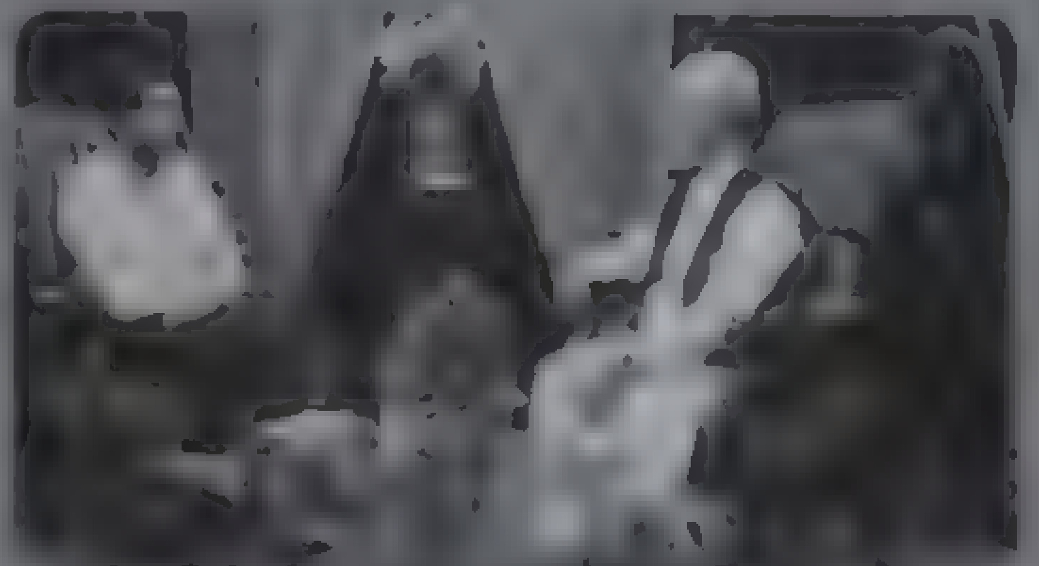
آخر میں نقیب و ناظم حضرات سے میں معذرت خواہ ہوں کہ چاہتے ہوئے بھی ان کی ظریفانہ و بے باکانہ کارگزاریوں پر کوئی تبصرہ نہیں کر سکا اور اس کی وجہ صرف یہ ہے کہ اس کے لیے ایک مستقل مضمون کی ضرورت ہے اور میری کاہلی نے مجھے اتنا مصروف کر دیا ہے کہ فی الوقت بھرپائی مشکل ہے ہاں سخت دعا کی ضرورت ہے کہ خدائے پاک میرے بوجھل کاندھوں سے کاہلی کا بوجھ اتار کر فکر و قلم کو عام ہونے کی سعادت عطا فرمائے۔ (آمین)

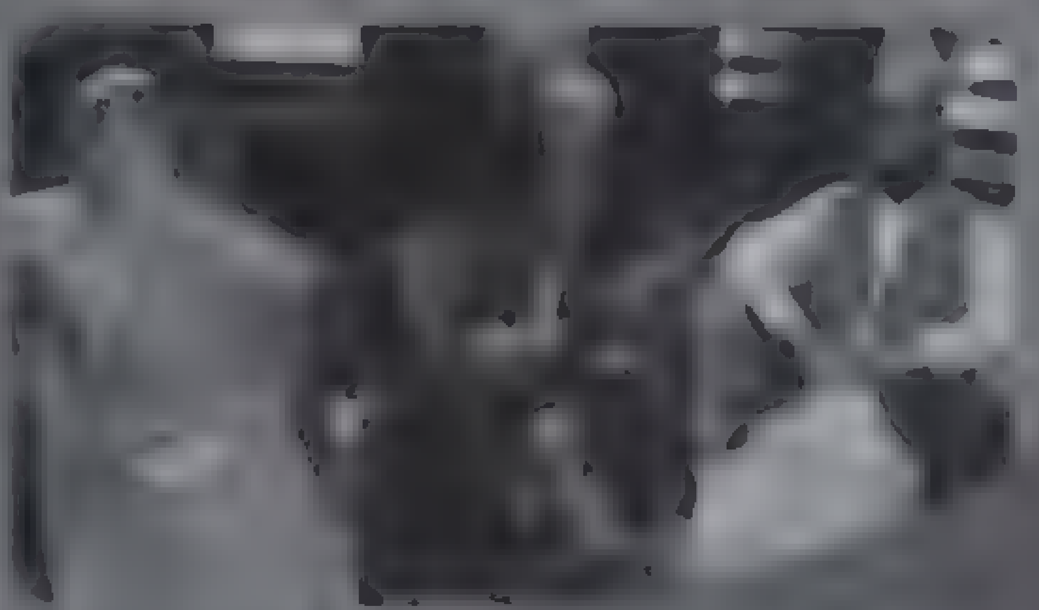
(بشکریہ: ماہنامہ جام نور دہلی انڈیا)

میڈیا راؤنڈ اپ

رمضان المبارک کے مقدس اور محترم مہینے کا آغاز ہو گیا ہے، ہر سال دنیا بھر کے مسلمانوں کی طرح پاکستانی مسلمان بھی اس ماہ مبارک کا بے چینی سے انتظار کرتے ہیں کیونکہ رمضان کا چاند نظر آتے ہی ملک بھر میں دینی و مذہبی جوش و جذبے کے مظاہرے دیکھنے میں آتے ہیں۔ مساجد میں نمازیوں کی تعداد میں زبردست اضافہ، تراویح کے اجتماعات، درس و تدریس کی محافل، افطار پارٹیاں، قرآن خوانی اور میلاد کے پروگرام ہر ایک کو روحانی طور پر اپنے رب سے قریب کر دیتے ہیں۔ ان ایام مقدس میں رواداری، ایثار، فرض شناسی، خیر سگالی اور چھوٹی چھوٹی نیکیوں کے ساتھ ہر کوئی اللہ کے احکام کی بھی مکمل تعمیل کا خواہ نظر آتا ہے۔ ٹی وی چینل بھی ماہ رمضان میں خصوصی نشریات کا اہتمام کرتے ہیں اور یہ پروگرام ناظرین کو دینی معلومات فراہم کرنے کا اہم ذریعہ بنتے ہیں۔



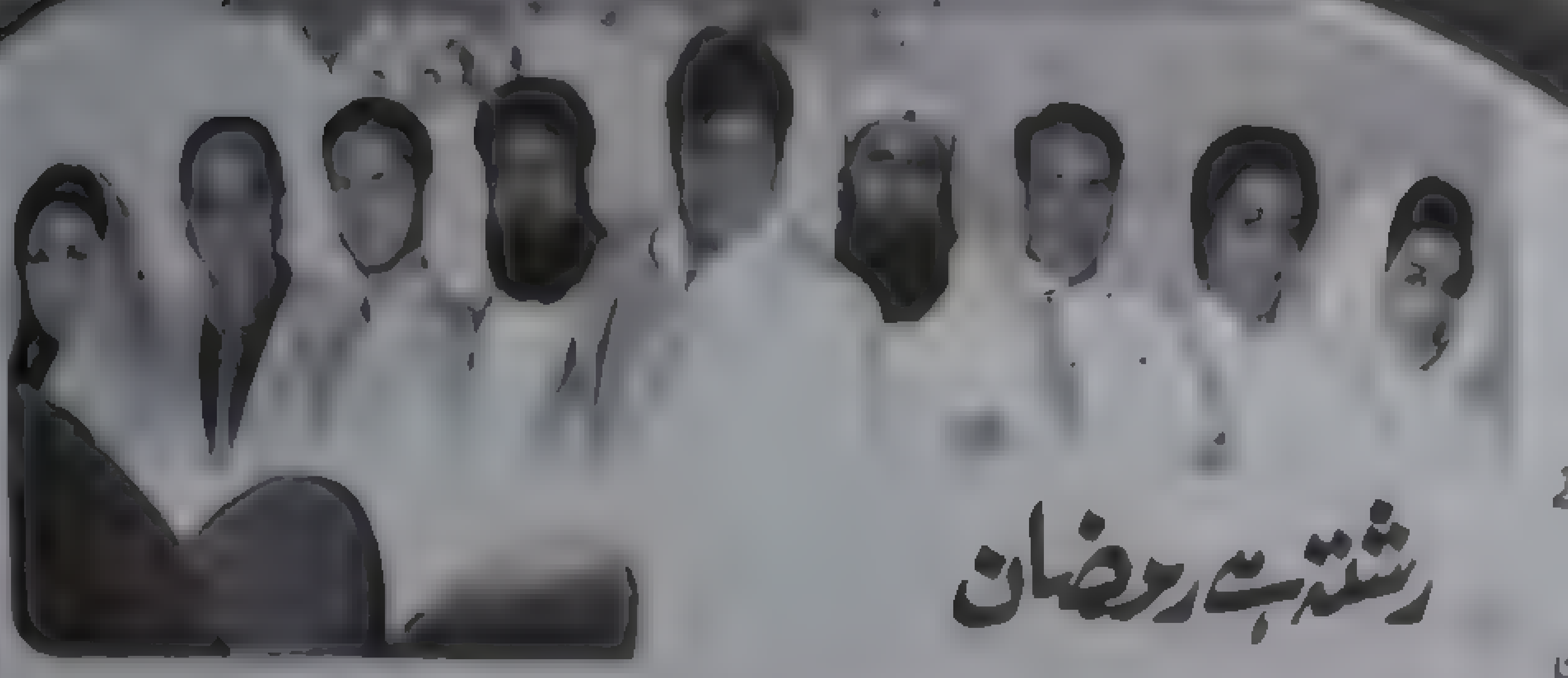




(PTV)

پاکستان ٹیلی ویژن جہاں ملکی و ملی جذبات کا ترجمان ہے وہیں اسلامیہ جمہوریہ پاکستان کے باسیوں کے مذہبی احساسات کی بھی بھرپور عکاسی کرتا ہے یہی وجہ ہے کہ حسب روایت رواں ہجری سال ۱۴۳۲ میں بھی مذہبی پروگراموں کی پیشکش کا بھرپور اہتمام کیا گیا۔ ہجری سال کا آغاز ہی خلیفہ دوم حضرت عمر فاروقؓ کی شہادت کے حوالے سے خصوصی ٹاک شو "مراد رسول" سے ہوا۔ اس پروگرام کی میزبانی اور تحریر و تحقیق کے فرائض طارق بن آزاد نے انجام دیے جبکہ حسام الدین منصوری اور مفتی اسماعیل نورانی بحیثیت مہمان شریک ہوئے اس پروگرام کی پیشکش کی ذمہ داری جوان سال پروڈیوسر سید فواد حسین زیدی نے پوری کی۔ سال کے آغاز میں محرم الحرام کی خصوصی نشریات کو بھی نہایت عقیدت و احترام سے ترتیب دیا گیا جس میں محفل مسالمہ، مجلس شب عاشورہ و دیگر پروگرام شامل تھے۔ اسی طرح ماہ ربیع الاول کی خصوصی نشریات بھی بے حد محبت سے پیش کی گئیں۔ جس میں مختلف پروگراموں کے ساتھ ساتھ بقید حیات ثناء خوانوں کے انٹرویو پر مبنی خصوصی پروگرام "سفیر مدحت" بھی شامل تھا۔ اس پروگرام کی میزبان ثوبیہ آغا اور پروڈیوسر حنا یاسمین تھیں جبکہ تحقیق و تحریر کے فرائض ایڈیٹر "نعت نیوز" زکریا شیخ الاشرفی نے سرانجام دیے جو کہ اس سے پیشتر جنت مکانی ثناء خوانوں کے حوالے سے ARY/Qtv سے نشر ہونے والے پروگرام "خوشبوئے حسان" اور ربیع الاول کے میگا پروگرام "نعت کائنات" کے لیے تحقیق و تحریر کے فرائض سرانجام دے چکے ہیں اور انہی پروگراموں کے تتبع میں Ptv لاہور اسٹیشن سے ربیع الاول میں ہی معروف نعت خواں و نعت گو سرور نقشبندی نے "کاروان نعت" کے عنوان سے ایک پروگرام پیش کیا جس میں مرحوم ثناء گو و ثناء خواں حضرات کا تعارف اور پی ٹی وی آرکائیو سے استفادہ کرتے ہوئے ان کے کلام اور آوازیں بھی پروگرام میں شامل کی گئیں۔ نعت کے حوالے سے پیش کیے گئے ان پروگراموں کے علاوہ "رحمت دو جہاں" کے نام سے بچوں کے لیے عید میلاد النبی ﷺ کا خصوصی پروگرام بھی پیش کیا گیا جس میں غیر روایتی انداز میں بچوں تک ماہ ربیع الاول کی اہمیت، جشن عید میلاد النبی ﷺ کی خوشیوں وغیرہ کے حوالے سے معلومات پہنچائی گئیں۔ اسی مقصد کے لیے پروگرام میں دادی کی حیثیت سے معروف قلم کار حمراء خلیق اور بچوں کے ساتھ پروگرام کے رائٹر طارق بن آزاد از خود بھی شریک ہوئے۔ اس خوبصورت پروگرام کی پیش کش کا سہرا پروڈیوسر ثوبیہ خانم کے سر رہا۔ اسی طرح جمادی الثانی میں یوم صدیق اکبرؓ کے موقع پر خصوصی پروگرام "رفیق رسولؐ" کو پیش کرنے کی سعادت بھی پروڈیوسر ثوبیہ خانم کے حصے میں آئی۔ اس پروگرام کے لیے تحریر و تحقیق کے فرائض طارق بن آزاد نے انجام دیے۔ جبکہ پروگرام میں حضرت ابو بکر صدیقؓ کی تحریر کردہ مناجات اور ان کی شان میں منقبت معروف نعت خواں مکرم علی خان نے پیش کی۔

الرجب میں شب معراج اور شعبان المعظم میں شب برأت کے موقع پر جو خصوصی نشریات کا اہتمام کیا گیا اور حسب دستور یہ پروگرام مذہبی پروگراموں کی پیشکش کے حوالے سے خصوصی مہارت اور شہرت رکھنے والے سینئر پروڈیوسر شجاعت اللہ نے انتہائی محنت سے سجائے۔ خصوصی مواقع پر نشر کیے جانے والے پروگراموں کے علاوہ پی ٹی وی سے ہفتہ واری بنیاد پر بھی مذہبی پروگرام پیش کرنے کی روایت ایک عرصے سے جاری ہے۔ اس میں سرفہرست پروگرام "میزان" ہے جس کے میزبان ڈاکٹر شکیل فاروقی ہیں جبکہ پیش کش کی ذمہ داری سید فواد حسین سینئر پروڈیوسر شجاعت اللہ کی معیت میں سرانجام دیتے ہیں۔ جبکہ ہفتہ وار نشر ہونے والا دوسرا پروگرام "حی علی الفلاح" ہے جو کہ گزشتہ کئی برسوں سے متواتر نشر ہو رہا ہے لیکن پچھلے کئی ماہ سے اس کی نئی اقساط کی ریکارڈنگ کا سلسلہ روک دیا گیا ہے اور یہ پروگرام نشر مکرر کے طور پر پیش کیے جا رہے ہیں۔ عنقریب اس کی جگہ "کائنات" کے عنوان سے ایک نیا پروگرام آن ایئر کیا جائے گا۔ یہ پروگرام مذہبی و سائنسی معلومات کا حسین امتزاج لیے ہوئے ہے۔ اس پروگرام کا بنیادی خیال پروگرام پروڈیوسر سید فواد حسین زیدی کا ہے جبکہ اس کے لیے تحقیق و تحریر کی ذمہ داریاں پی ٹی وی کے سینئر ترین اسکرپٹ رائٹر ضیاء الرحمن ضیاء اور طارق بن آزاد سرانجام دے رہے ہیں۔ پروگرام کی میزبانی کے لیے کڑے انتخاب کے بعد معروف میزبان نما کاظمی کو منتخب کیا گیا جبکہ بحیثیت مہمان اس پروگرام میں انتہائی نامور شخصیات شریک ہو رہی ہیں جن میں مذہبی حوالے سے مفتی منیب الرحمن، ڈاکٹر ساجد الرحمن، مولانا احتشام الحق تھانوی، شجاع الدین شیخ وغیرہ اور سائنس کے شعبے سے وابستہ شخصیات میں ڈاکٹر سلیم محمود (ڈی جی اسپارکو)، ڈاکٹر شاہد قریشی، ڈاکٹر جمیل کاظمی، حسن محمود جعفری و دیگر کے نام شامل ہیں۔ امید کی جاتی ہے کہ پروگرام آن ایئر ہونے کے بعد نوجوانوں میں بالخصوص اور ملک کے طول و عرض میں بالعموم پسند کیا جائے گا کیونکہ ذاتی دلچسپی کی بدولت



رشتہ ہے رمضان

پروڈیوسر سید فواد حسین اسے انتہائی اہتمام سے سجانے کے لیے کوشاں ہیں۔

پورے سال کی طرح نیکیوں کے موسم بہار ماہ رمضان المبارک میں بھی پی ٹی وی نے حسب روایت سحر و افطار اور نصف شب کی نشریات کا اہتمام کیا ہے۔ اس کے ساتھ ساتھ پی ٹی وی نیوز سے قرآن کریم کے حوالے سے خصوصی پروگرام "فہم قرآن" پیش کیا جا رہا ہے۔ اس پروگرام کے مستقل مہمان سابق جی ایم پی ٹی وی ڈائریکٹر نیوز اینڈ کرنٹ افیئرز برہان الدین حسن ہیں جن کی ایماء اور میرٹ کی بنیاد پر خصوصی طور پر میزبانی کی ذمے داری طارق بن آزاد کو سونپی گئی۔ اس پروگرام کے پروڈیوسر شجاعت اللہ ہیں اور موجودہ جی ایم پی ٹی وی مصطفیٰ مندوخیل کی ذاتی دلچسپی نے اس پروگرام کی انتہائی شارٹ نوٹس پر تیاری اور پیشکش میں اہم کردار ادا کیا۔

رمضان کے مقدس مہینے میں جیو کی خوبصورت اور بامقصد نشریات جاری

گزشتہ برسوں کی طرح اس بار بھی رمضان المبارک میں خصوصی نشریات کا اہتمام کیا گیا ہے، جیو ٹی وی نیٹ ورک ہر رمضان المبارک میں نئی خصوصی نشریات کا آغاز ایک نئے نام، نئے انداز، نئی اُمنگ، نئی ترنگ، نئے جذبے اور ایک نئے فارمیٹ کیساتھ کرتا ہے۔ جس میں لوگوں کی دلچسپی، دینی معلومات اور رمضان کے اغراض و مقاصد پر خاص توجہ دی جاتی ہے۔ اس بار بھی رمضان نئے انداز سے منانے کے لیے جیو ٹی وی نیٹ ورک نے خصوصی کاوشیں کی ہیں جس میں اس امر کا خصوصی خیال رکھا گیا ہے۔ "رشتہ ہے رمضان" کے عنوان سے پیش کی جانے والی اس نشریات کی میزبانی باصلاحیت بہن بھائی شائستہ واحدی اور ساحر لودھی انجام دے رہے ہیں۔ جیو پر سحری کی نشریات رات 2 بجے سے صبح 6 بجے تک جبکہ افطار کی نشریات کا آغاز دوپہر ڈھائی بجے سے ہوتا ہے یہ نشریات رات 8 بجے تک جاری رہتی ہیں۔ اس نشریات میں بہت معلوماتی اور منفرد پروگرام پیش کیے جا رہے ہیں، کچھ پرانے چہروں کے ساتھ نئے چہرے بھی نشریات کا حصہ ہیں۔ بڑوں کے علاوہ بچوں کے لیے خصوصی پروگرام ترتیب دیے گئے ہیں جن میں نعت گوئی کے مقابلے پر مبنی پروگرام ''واہ واہ سبحان اللہ'' سرفہرست ہے۔ اس پروگرام میں نامور نعت خواں اویس رضا قادری ملک کے طول و عرض سے آڈیشن کے ذریعے اچھے نعت خوانوں کی تلاش میں سرگرداں رہے، منتخب ہونے والے بچوں کے درمیان سے بہترین نعت کو منتخب کیا جائے گا، 8 سے 14 برس کے بچوں کے درمیان نعت گوئی کے اس مقابلے کے ذریعے رمضان المبارک میں نا صرف بہترین نعتیں سننے کو مل رہی ہیں بلکہ مستقبل کے لیے بہترین ٹیلنٹ بھی سامنے آرہا ہے۔

بچوں کی زندگی کی ایک اہم یادگار ان کا پہلا روزہ ہوتا ہے۔ اس پہلے روزے کی یادیں برسوں ذہن میں تازہ رہتی ہیں۔ روزہ بچے کا ہوتا ہے لیکن سب گھر والے خصوصاً والدین بہت جوش و خروش کا مظاہرہ کرتے ہیں۔ اس یادگار دن کی خوشیوں کو صرف گھر تک محدود رکھنے کے بجائے لاکھوں ناظرین تک پہنچانے کے لیے پروگرام "رمضان شریف" میں کامیڈی کنگ عمر شریف ایک نئے روپ میں جلوہ گر ہوئے ہیں۔ وہ مشہور شخصیات کے ساتھ گفتگو بھی کرتے ہیں اور بچوں کی روزہ کشائی کے موقع پر ان کے ساتھ شامل ہوتے ہیں۔ اس شو میں شیف عدیل افطار کے خصوصی پروگرام عمر شریف کی مزیدار باتوں کے ساتھ تیار کرتے ہیں۔ پروگرام "رشتہ ہے رمضان ود ریما خان" میں ریما خان مشہور شخصیات میں سے ان لوگوں کو اپنے پروگرام میں مدعو کرتی ہیں جو خون، دوستی یا کسی بھی رشتے کے سبب ایک دوسرے سے منسلک ہوتے ہیں، اس شو میں وہ ایک دوسرے کی پسند ناپسند اور رشتے سے متعلق گفتگو کرتے ہیں۔ قرآن شریف میں حضرت یوسف علیہ السلام کی داستانِ حیات کو قرآن شریف کا بہترین قصہ مانا جاتا ہے، اس قصے میں محبت، وفا، صبر، ایثار، قربانی اور بہت کچھ ہے۔ ڈاکٹر فرحت ہاشمی اپنے بیٹے حسام الہادی کے ہمراہ پروگرام "ماں اور بیٹا" میں اس قصے کے مزید پہلوؤں پر روشنی ڈال رہی ہیں۔ وہ اس واقعے کی تفسیر بیان کرتی ہیں اور ان کا نوجوان بیٹا اپنے سوالات کے ذریعے نوجوان نسل کے ذہنوں میں پیدا ہونے والے سوالات کے جواب حاصل کرتا ہے۔ ایک اور پروگرام "البیان" میں ڈاکٹر فرحت ہاشمی قرآن حکیم کی تفسیر عام فہم انداز میں بیان کر رہی ہیں۔ رمضان المبارک نیکیاں کمانے کا مہینہ ہے، اس ماہ میں اجر و ثواب بھی کئی گنا بڑھا دیا جاتا ہے، ہمارے اردگرد ایسے بہت سے افراد موجود ہیں جو ہماری ایک چھوٹی سی نیکی کے انتظار میں ہیں۔ مختلف حادثات میں زندگی کی نعمتوں سے محروم ان افراد کی زندگی ہماری ایک چھوٹی سی نیکی سے بدل سکتی ہے۔ پروگرام "چھوٹی سی نیکی" میں انہی لوگوں کو سامنے لایا جاتا ہے تاکہ رمضان المبارک میں صدقہ و خیرات کرنے والوں کی رقوم بھی مستحق تک پہنچ سکے اور کسی کی زندگی بھی بدل جائے۔ دین کا علم اور شعور بیدار کرنے کے لیے جیو ٹی وی کا پروگرام "الم" تیزی سے مقبولیت کے مراحل طے کر رہا ہے۔ اس پروگرام کے میزبان جنید جمشید اور شرکاء آسان سوالات سے شروع ہو کر رفتہ رفتہ اہم تاریخی و دینی سوالات کی طرف علمی سفر طے کرتے ہیں۔ "الم" میں اب تک شریک ہونے والے امیدوار عمرے کے ٹکٹ اور نقد انعامی رقم جیت کر گھر لے جا چکے ہیں۔ 15 واں سوال "منزل مقصود" پر خوش نصیب امیدوار 28,00,000 روپے، چار افراد کے لیے حج کے ٹکٹ اور مکہ مکرمہ میں اپارٹمنٹ جیت سکتا ہے۔ رمضان المبارک میں اس شو کی آئندہ اقساط میں مشہور شخصیات علمی سفر کا حصہ بنیں گی۔ رب کائنات نے کوئی مشکل، بیماری، الجھن یا پریشانی ایسی نہیں بھیجی جس کا حل نہ ہو۔ بات صرف جستجو، جہد مسلسل اور لگن کی ہے۔ دینی الجھنوں سے متعلق مسائل کے حل کے لیے جیو ٹی وی سے پروگرام ''عالم آن لائن'' شروع کیا گیا ہے۔ اس پروگرام میں ناظرین روزمرہ زندگی میں حائل مسائل کے حل کے لیے اپنے سوالات کے جوابات عالم دین سے حاصل کر سکتے ہیں۔ ایس ایم ایس، ٹیلی فون کال اور ای میل کے ذریعے ناظرین اپنے سوالات "عالم آن لائن" میں بھیج سکتے ہیں۔ اس پروگرام کے میزبان بلال قطب ہیں۔ یوں تو یہ پروگرام اپنے فارمیٹ اور معلومات کے سبب انتہائی کارآمد ہے لیکن رمضان المبارک میں سحر و افطار کے اوقات میں اس پروگرام کی افادیت مزید بڑھ گئی ہے۔ رمضان المبارک کی خصوصی نشریات میں پروگرام "سحر جیو کے ساتھ" بھی شامل ہے جس کی میزبانی کے فرائض پہلی مرتبہ معروف نعت خواں اویس رضا قادری سرانجام دے رہے ہیں جو "رشتہ ہے رمضان" کی مناسبت سے مختلف موضوعات پر علمائے کرام سے گفتگو کرنے کے ساتھ ساتھ دوران پروگرام ناظرین کی فرمائش پر ہدیۂ نعت بھی پیش کرنے کی سعادت حاصل کرتے ہیں۔ جیو ٹی وی کے مارننگ شو "اٹھو جاگو پاکستان" میں بھی رمضان کے حوالے سے خصوصی پروگرام پیش کیے جا رہے ہیں، رمضان المبارک کے پہلے پروگرام میں "اٹھو جاگو پاکستان" میں ممتاز قوال امجد فرید صابری نے مختلف قوالیاں، سہرا اور دعا پیش کر کے خوب سماں باندھا۔ اس ماہ مبارک میں "ساحر شو" بھی رمضان کے حوالے سے براہ راست پیش کیا جا رہا ہے۔ جیو ٹی وی کی خصوصی نشریات "رشتہ ہے رمضان" ہلکے پھلکے انداز میں ناظرین کو نیکی اور صراط مستقیم کی جانب راغب کر رہی ہے۔ جس طرح سمجھدار صارف بازار سے زیادہ اچھی اشیاء خریدنے کی کوشش کرتا ہے بالکل اسی طرح ہر مسلمان کو اس ماہ کی فضیلتوں سے فائدہ اٹھانے کی کوشش کرنی چاہیے۔ اگر ہم اس ماہ کی اہمیت سے ہی آگاہ نہیں ہوں گے تو اس قیمتی موقع سے بھرپور فائدہ نہیں اٹھا سکیں گے۔ جیو ٹی وی کی خصوصی نشریات میں اسی بات کی کوشش کی جا رہی ہے کہ ناظرین اس ماہ کی اہمیت کو سمجھیں اور اپنے اندر مثبت تبدیلیاں پیدا کر کے نا صرف رمضان بلکہ پورے سال ایک بہترین مسلمان اور پاکستانی بن کر ملک و قوم کی خدمت کر سکیں۔

واگرا، بھروچ (گجرات) میں تاریخی دو روزہ محدث اعظم انٹرنیشنل کانفرنس

جانشین محدث اعظم ہند علامہ سید محمد مدنی میاں کی پچاس سالہ خدمات کو خراج پیش کرنے کے لیے 5 لاکھ عقیدت مندوں کا ہجوم

2011ء میں محدث اعظم ہند علامہ سید محمد کچھوچھوی (1894ء/1961ء) کے وصال کو پچاس سال پورے ہوگئے۔ محدث اعظم ہند کچھوچھہ شریف یو پی میں آباد ہندوستان کے مشہور روحانی اور علمی خانوادے کے ایک عظیم فرد تھے، جنہوں نے بیسویں صدی کے آغاز میں بے شمار تحریکوں کی قیادت کی، ملک وملت کی سلامتی کے لیے روحانی ادارے، سماجی تنظیمیں اور مدارس و مساجد بنائے، بے شمار کتابیں لکھیں، رسالے جاری کیے اور پوری دنیا میں اپنی خطابت ودرس کے ذریعے معاشرے کو روحانیت، سنیت اور اسلام کی تعلیم دی۔ 1961ء میں محدث اعظم کے وصال کے بعد آپ کے صاحبزادے شیخ الاسلام علامہ سید محمد مدنی میاں اپنے والد کے جانشین منتخب ہوئے اور انہوں نے محدث اعظم کے روحانی اور علمی مشن کو پوری دنیا میں پھیلایا، دنیا کے مختلف ملکوں میں مدارس و مساجد قائم کیں، درجنوں کتابیں لکھیں، تنظیمیں بنائیں اور تبلیغ کی۔ علامہ سید محمد مدنی میاں کی سجادگی کو پچاس سال گزر گئے، آج ان کے چاہنے والے دنیا کے مختلف ملکوں میں لاکھوں کی تعداد میں ہیں۔

گجرات میں شیخ الاسلام کے عقیدت مندوں نے "محدث اعظم مشن" کے زیر اہتمام ان کی پچاس سالہ گولڈن جوبلی منانے کے لیے 5 اور 6 مارچ 2011ء کو واگرا ضلع بھروچ (گجرات، انڈیا) میں دو روزہ "انٹرنیشنل محدث اعظم ہند کانفرنس" کا انعقاد کیا۔ اس کانفرنس کی سرپرستی وصدارت شیخ الاسلام علامہ سید محمد مدنی میاں نے کی جب کہ قیادت شیخ الاسلام کے نواسے غازی دوراں حضرت مولانا سید قاسم اشرف کچھوچھوی نے کی، انہی کے زیر نگرانی کانفرنس نے کامیابی کی نئی تاریخ رقم کی۔ بلاشبہ یہ کانفرنس ہندوستان کی چند تاریخی کانفرنسوں میں سے ایک تھی، جس میں تقریباً پانچ لاکھ افراد نے شرکت کی۔

دس ہزار اسکوائرفٹ پر نہایت عظیم الشان اسٹیج بنایا گیا تھا جس پر تقریباً ایک ہزار علماء، مشائخ اور خلفائے کرام تشریف فرما تھے، جب کہ پانچ لاکھ سامعین کی نشست کے لیے پچاس ایکڑ زمین پر جلسہ گاہ کا انتظام کیا گیا تھا۔ کانفرنس کی کارروائی کو قریب سے دیکھنے کے لیے فیلڈ میں 20، LED اسکرین نصب کی گئی تھیں، کانفرنس گاہ کے ایک طرف 150 کھانوں کے اسٹال لگائے گئے تھے، سیکڑوں طہارت اور وضوخانے بنائے گئے تھے اور گاڑیوں کی پارکنگ کے لیے پچاس ایکڑ زمین مختص کی گئی تھی جہاں کانفرنس کے کمپیوٹرائز اندراج کے مطابق تقریباً باون ہزار گاڑیاں کھڑی کی گئی تھیں۔ لوگوں کی حفاظت اور کنٹرول کے لیے تقریباً ایک ہزار ریاستی پولیس تعینات کی گئی تھی۔ واگرا میں بیک وقت پانچ لاکھ لوگوں کی آمد سے دو روز تک وہاں کے موبائل فون کے تمام نیٹ ورک کام کرنا بند کردیے تھے۔ مگر اس کانفرنس کی خصوصیت یہ تھی کہ اس کا انتظام وانصرام اس قدر سلیقے سے کیا گیا تھا کہ کہیں بھی کسی طرح کی بدنظمی نہیں دیکھنے میں آئی، حالانکہ جہاں لاکھوں کا اجتماع ہو وہاں لوگوں کو کنٹرول کرنا ناممکن سا ہو جاتا ہے۔

کانفرنس میں شرکت کے لیے امریکہ، انگلینڈ، پاکستان اور ہندوستان کے بڑے روحانی و مذہبی علماء، مشائخ اور نعت خواں

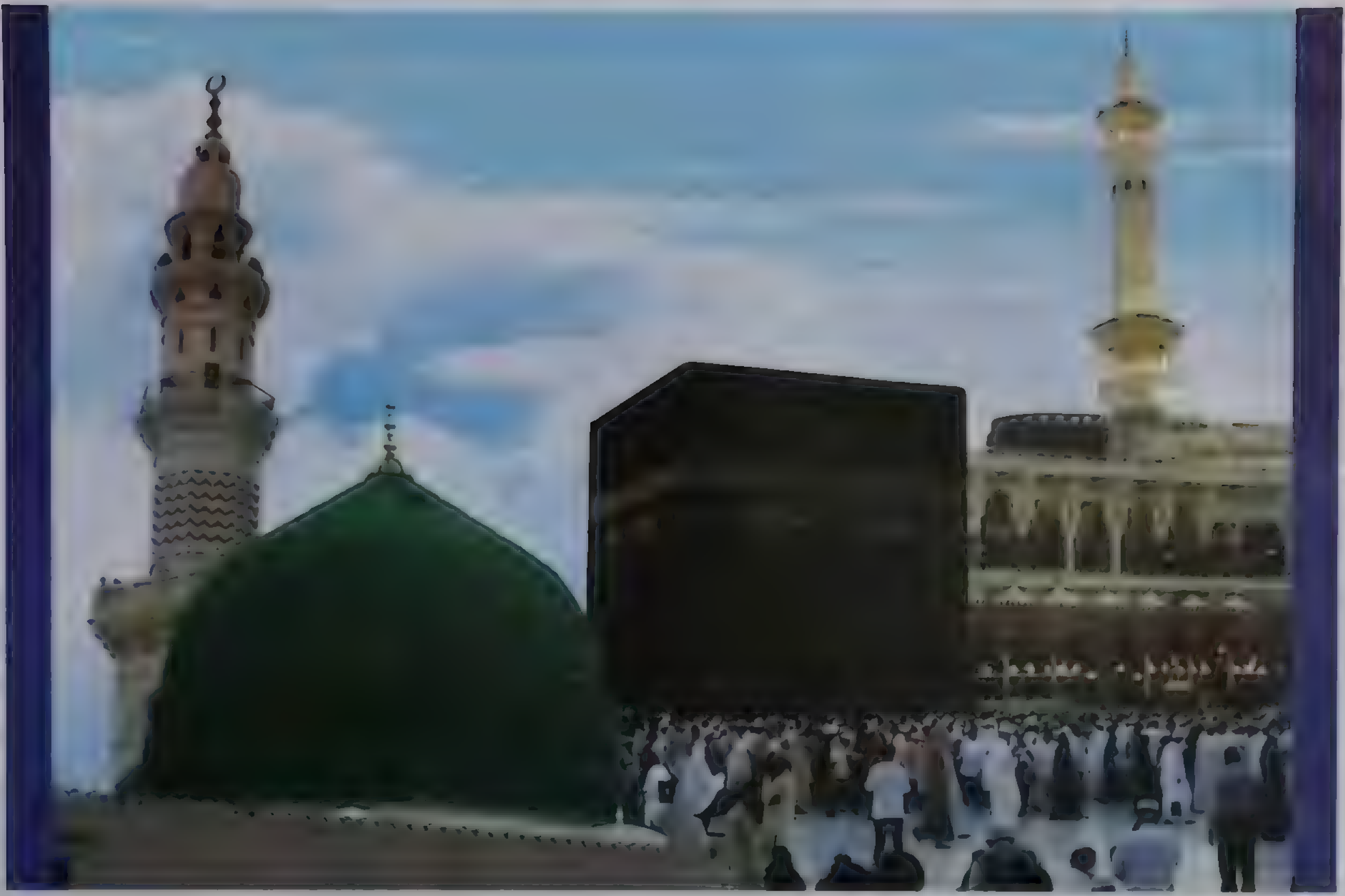
تشریف لائے تھے۔ ان میں ہندوستان سے مولانا سید محمد ہاشمی میاں، انگلینڈ سے مولانا شاہد رضا نعیمی، پاکستان سے مولانا کوکب نورانی اکاڑوی، مولانا سید مظفر شاہ الحاج سید صبیح الدین صبیح رحمانی، الحاج محمد اویس رضا قادری اور امریکہ سے مولانا مسعود احمد سہروردی خاص طور پر قابل ذکر ہیں۔ ان کے علاوہ ہندوستان سے تقریباً پچاس سے زائد علماء و مشائخ اور دنیا کے مختلف حصوں سے شیخ الاسلام کے چاہنے والوں نے شرکت کی۔

کانفرنس کے پہلے دن (5 مارچ) کو خانوادے کے شہزادگان اور علماء مولانا سید محمد ابوبکر شبلی، مولانا سید محمد نورانی، جانشین شیخ الاسلام مولانا سید محمد حسن عسکری اور غازی ملت مولانا سید محمد ہاشمی نے خطاب کیا، جب کہ نعت خوانی کے لیے خصوصی طور پر پاکستان سے تشریف لائے الحاج سید صبیح الدین صبیح رحمانی اور الحاج محمد اویس رضا قادری نے اپنے نعتیہ کلام کے ذریعے لاکھوں سامعین کو شادکام کیا۔ ان دونوں حضرات کو دیکھنے اور سننے کے لیے لوگوں میں ایک عجیب جوش و خروش تھا۔

کانفرنس کے دوسرے دن غازی دوراں مولانا سید قاسم اشرف صاحب نے اپنے مخصوص لب و لہجے میں خطبۂ استقبالیہ پیش کیا، جب کہ خصوصی طور پر مولانا شاہد رضا نعیمی (لندن) مولانا سید مظفر شاہ صاحب (پاکستان) اور مولانا کوکب نورانی اکاڑوی (پاکستان) کا خطاب ہوا۔ ان حضرات کے خطاب کو لوگوں نے بے حد پسند کیا۔ کانفرنس کے دوسرے دن بھی لوگوں کے شدید اصرار پر سید صبیح الدین صبیح رحمانی اور الحاج محمد اویس رضا قادری نے نعت و مناقب پڑھے۔

اس موقع پر دہلی کا بین الاقوامی شہرت یافتہ رسالہ ماہ نامہ "جام نور" کے تقریباً ڈھائی سو صفحات پر خصوصی شمارے کی رسم اجراء کے لیے کانفرنس کے دوسرے دن 6 مارچ کو جام نور کے مدیر اعلیٰ مولانا خوشتر نورانی نے نمبر کی پہلی کاپی علامہ سید محمد مدنی میاں کو پیش کی جس کی حضرت نے رونمائی فرمائی۔ دونوں دن کی کانفرنس کی نظامت متین سہرامی اور مولانا خلیل اطہر اشرفی نے کی اور اس طرح اس تاریخی کانفرنس کی یاد لیے لوگ اپنے اپنے گھر کو لوٹ گئے۔

بشکریہ: جام نور دہلی



Starting Soon

From	Direct Flight To
Lahore:	Jeddah, Madina & Riyadh
Karachi:	Jeddah & Madina
Peshawar:	Jeddah & Riyadh
Islamabad:	Jeddah

SHAHEEN AIR

Call: 111-80-80-80 www.shaheenair.com

لیڈز (U.K) میں نعتیہ مشاعرہ اور محفل نعت برائے خواتین

انگلینڈ کی تاریخ میں یہ پہلا واقعہ ہے کہ جس میں خواتین کا نعتیہ مشاعرہ اور محفل نعت کا خصوصی طور پر انتظام کیا گیا۔ اس تقریب کا انعقاد سمیعہ ناز صاحبہ نے ۱۷ جنوری کو بالخصوص بہت اعلیٰ پیمانے پر یو کے کے شہر لیڈز میں کیا جس میں یو کے کے مختلف شہروں سے خواتین شاعرات اور نعت خوانوں نے شرکت کی جن میں بنگھم، برمنگھم، ہڈرسفیلڈ، بائلی، بریڈفورڈ، ڈیوزبری اور لیڈز شامل ہیں۔ اس تقریب کا عظیم مقصد نعت رنگ اور نعت ریسرچ سینٹر یو کے کو متعارف کروانا تھا جو کہ ایک بہت بڑی کامیابی ہے۔

اس تقریب میں نعت رنگ کے تمام شمارے اور اس کے متعلق شائع ہونے والی کتب بھی تمام شرکاء کے لیے موجود تھیں۔ استقبالیہ خطبہ سمیعہ ناز صاحبہ نے دیا جس میں

سمیعہ ناز صاحبہ نے نعت رنگ کے اجراء سے لیکر نعت ریسرچ سینٹر کے قیام پر روشنی والی اس تقریب میں سید صبیح رحمانی صاحب نے بذریعہ فون شرکت کی اور تمام مہمانوں اور انتظامیہ کا بطور خاص شکریہ ادا کیا اور سب کو مبارکباد دی۔ سمیعہ ناز صاحبہ نے بطور خاص لیڈز ریڈیو اور فورٹی ون کی بہ معمر کی خدمات حاصل کیں تاکہ نعت رنگ اور نعت ریسرچ سینٹر کو بالخصوص برطانیہ میں اور اس کے ساتھ تمام عالم اسلام میں متعارف کروایا جا سکے۔ اور بلاشبہ یہ تقریب لیڈز یوکے کی تاریخ میں ایک اہم علمی اور ادبی نوعیت کی یادگار تقریب قرار پائی۔

نعت ریسرچ سینٹر لیڈز (یوکے) کے زیر اہتمام "نعت رنگ" کی تقریب پزیرائی

نعت ریسرچ سینٹر لیڈز یو کے کے زیر اہتمام ۱۲ جولائی کو ایک تقریب کا سمیعہ ناز صاحبہ نے خصوصاً انتظام کیا جس کا نام بھی ایک کتاب کے ٹائٹل نام پر رکھا، "نعت رنگ اہل علم کی نظر میں" اس تقریب کا خاص مقصد یہ تھا کہ نعت ریسرچ سینٹر کی مطبوعہ کتابوں کو منظر عام پر لایا جائے اور یو کے میں بسنے والوں تک اس علمی اور ادبی ذخیرے کو متعارف کروایا جائے۔ اس تقریب کو تین حصوں میں تقسیم کیا گیا اور پہلے حصے کا آغاز بک ایگزیبیشن سے شروع ہوا جس میں مہمانوں کو تمام کتب سے روشناس کروایا گیا۔ خصوصاً "نعت رنگ اہل علم کی نظر میں" اس کتاب پر باقاعدہ بات چیت کی گئی اور مزید معلومات بھی فراہم کی گئیں۔ اس بک ایگزیبیشن میں تمام کتب کو متعارف کروایا گیا۔ ان سب کتب کے ساتھ ایک اور خوبصورت کتاب بھی بصد شوق احترام و تکریم شامل کی گئی جس کی سب شرکاء محفل نے بہت پذیرائی کی اور جو نعت ریسرچ سینٹر لیڈز یو کے کے لیے کسی اعزاز سے کم نہیں ہے بلاشبہ صبیح رحمانی صاحب کی کتاب "سرکار کے قدموں میں" ہے جس کا انگریزی زبان میں ترجمہ سارہ کاظمی نے کیا اور نعت ریسرچ سینٹر لیڈز یو کے کو اس کتاب کے پبلشر ہونے کا خصوصی اعزاز بھی حاصل ہوا۔

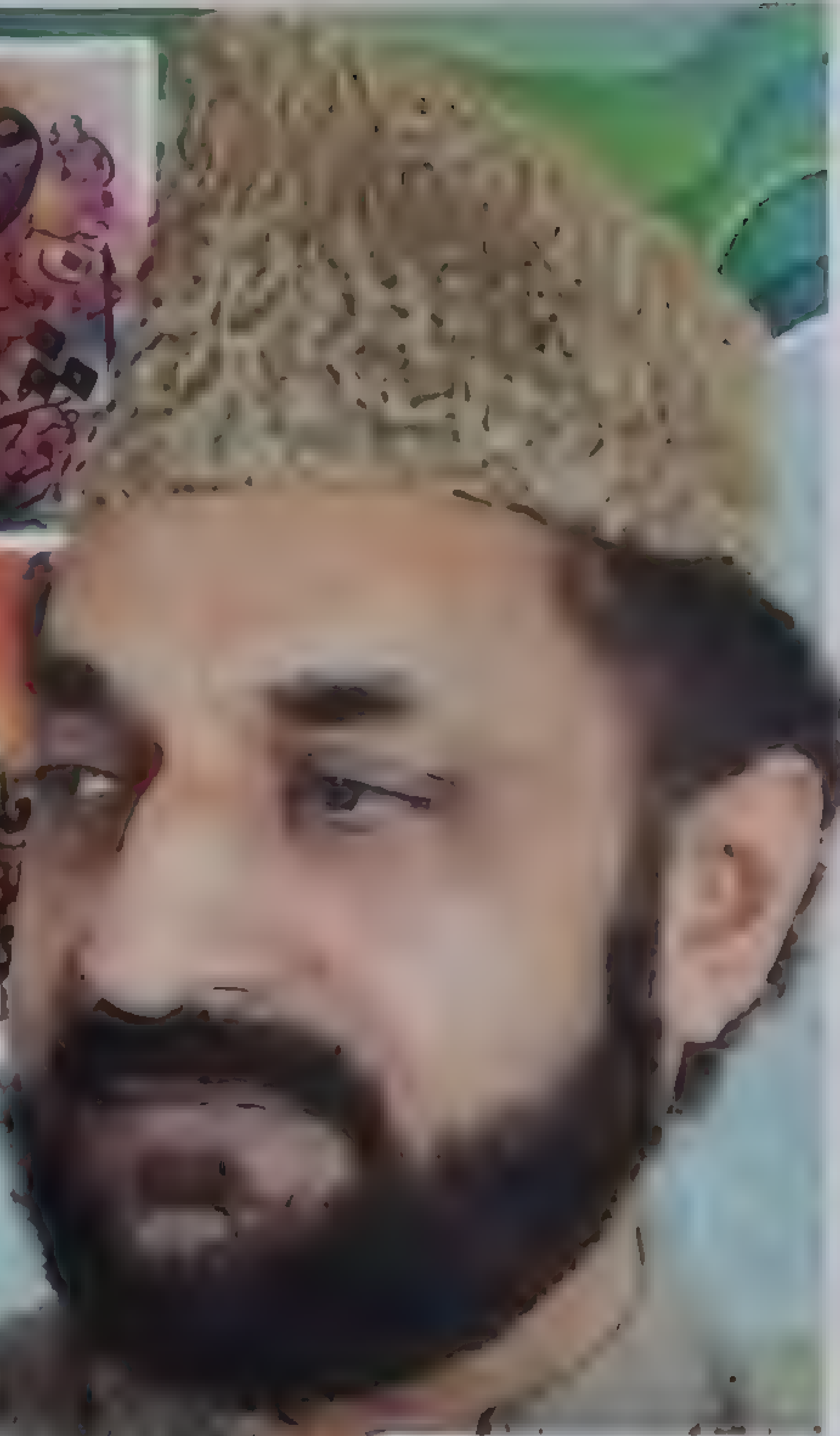
تقریب کے دوسرے حصے میں ایک نعتیہ مشاعرے کے ساتھ ساتھ خواتین کی محفل نعت بھی ہوئی۔ نعتیہ مشاعرے کی خصوصی مہمان مشہور و معروف شاعرہ صدف مرزا جو ڈنمارک سے بطور خاص تشریف لائیں اور اس میں شرکت کر کے اس کو عزت بخشی اور اپنے خوبصورت حمد و نعت کے کلام سے بھی سب کو مشرف کیا۔ اس تقریب میں مقامی شاعرات و نعت خوان خواتین نے بھی شرکت کی۔

اور اس تقریب "نعت رنگ اہل علم کی نظر میں" کے آخری حصے میں پاکستان کے بین الاقوامی شہرت یافتہ نعت خوان شہباز قمر فریدی نے جو اس تقریب کے مہمان خصوصی تھے بصد افتخار اس میں شرکت فرمائی اور تمام شرکائے محفل کو اپنی خوبصورت اور پُرسوز آواز میں ثنائے مصطفیٰ ﷺ سے مستفید کیا اور دلوں کو سرور بخشا۔ شہباز قمر فریدی نے سمیعہ ناز صاحبہ کی کتاب خزینۂ نور سے تین منتخب نعتیہ کلام جن میں سے دو اردو کے اور ایک پنجابی کا کلام بہت محبت اور عقیدت کے ساتھ تمام حاضرین مجلس کے سامنے پیش کیا۔

پانچ برس کی عمر سے نعت خوانی کا سلسلہ شروع کیا

میری لفظوں سے جتنی جان پہچان ہے، لفظ کی مزاج شناسی اور نعت کے لیے لفظ کے معیار کا انتخاب یہ میں نے حضرت حفیظ تائب صاحب سے سیکھا

نامور خطاط و معروف نعت گو و نعت خواں **نور محمد جرال** سے گفتگو



انٹرویو پینل: محمد زکریا شیخ الاشرفی، طارق بن آزاد

فنِ خطاطی، نعت گوئی اور نعت خوانی تینوں حوالوں کی یکجائی سے نور محمد جرال جیسی شخصیت تشکیل پاتی ہے، وہ اپنے والدین، اساتذہ اور ذاتی شوق کے طفیل سرکار علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ذکر سے الحمدللہ بچپن سے لیکر آج تک وابستہ ہیں۔ جرال صاحب عرصۂ دراز سے بیرونِ ملک مقیم ہیں اور فروغِ حمد و نعت کیلئے اُن کی کوششیں دیارِ غیر میں بھی جاری ہیں، بیرونِ ملک سعودیہ عرب ہو یا کینیڈا، امریکہ وہ جہاں جہاں پہنچے سفیرِ حمد و نعت بن کر پہنچے۔ اُن کی خطاطی اسلامی ثقافت کی آئینہ دار، اُن کی نعت گوئی حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام کے عشق سے لبریز اور نعت خوانی لحن کی خوبصورتی سے مالا مال ہے۔ وہ جب نعت خوانی کی سعادت حاصل کرتے ہیں سامعین پر حاضری و حضوری کی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ گذشتہ دنوں اُن کی پاکستان آمد پر نعت نیوز پینل نے اُن کا خصوصی انٹرویو کیا جو کہ نذرِ قارئین ہے۔

نعت نیوز: کچھ اپنے تعلیمی کوائف کے حوالے سے بھی بتایئے؟

نور محمد جرال: میں نے بیچلر کیا ہے فائن آرٹس میں اور پھر امریکہ سے فائن آرٹس میں ہی ڈپلومہ کیا۔

نعت نیوز: آپ کی پیشہ ورانہ وابستگی کس شعبے سے ہے؟

نور محمد جرال: میں گرافکس ڈیزائنر ہوں۔ اسلامک آرٹ اور عربک کیلی گرافی میرا موضوع ہے۔

نعت نیوز: فنِ خطاطی کی تربیت کس استاد سے حاصل کی؟

نور محمد جرال: ایک تو میں نے فائن آرٹس پڑھا۔ پھر اصل میں حافظ محمد یوسف السدیدی لاہور پاکستان کے ایک نامور خطاط تھے ان سے میں بہت متاثر تھا۔ بالکل چھوٹی عمر سے اس طرف رغبت تھی۔ ان کا کچھ بھی لکھا ہوا میرے سامنے آتا تو میں اس کی نقل کیا کرتا تھا۔ مجھے بس یہی شوق تھا نعت پڑھنا یا کیلی گرافی کرنا۔ پھر میں عرب میں چلا گیا تو وہاں بڑے بڑے خطاط احمد الباب وغیرہ سے ملنے اور ان کے ساتھ کام کرنے کا موقع ملا تو اس سے فن کو جلا ملی۔

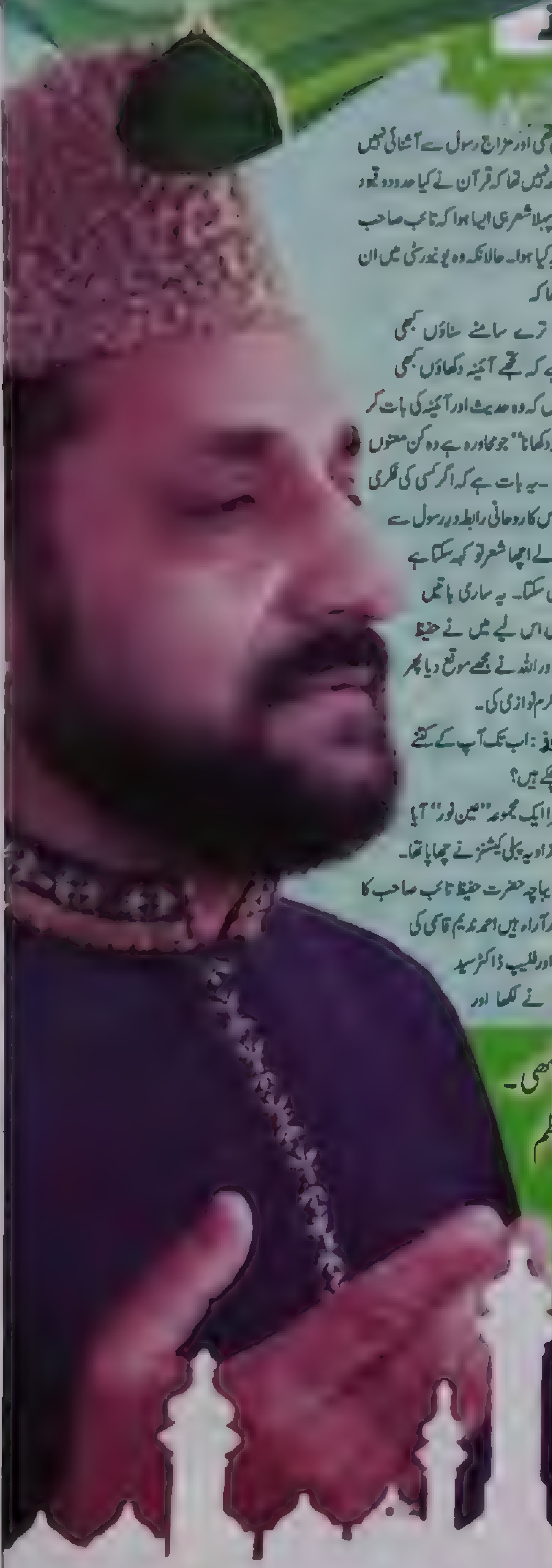
نعت نیوز: آپ نے اپنی خطاطی کے حوالے سے کبھی نمائش وغیرہ کا اہتمام کیا ہے؟

نور محمد جرال: عنقریب امریکا میں ڈاکٹرز کے ایک سالانہ کنونشن میں اس کا اہتمام کیا جا رہا ہے۔ اس کے علاوہ میری کیلی گرافی کے حوالے سے ٹی وی پر باقاعدہ پروگرام بھی نشر کیا جا چکا ہے۔

نعت نیوز: آپ طویل عرصے سے بیرون ملک مقیم ہیں۔ پاکستان سے نقل مکانی کو کتنا عرصہ ہو گیا ہے؟

نعت نیوز: اپنے ابتدائی حالات کے بارے میں کچھ بتایئے کہ نعت خوانی کا آغاز کب اور کس عمر میں کیا؟

نور محمد جرال: نعت خوانی کا سلسلہ میں نے اپنے گھر سے پانچ برس کی عمر میں شروع کیا۔ دنیا میں ہر اچھی چیز کی اولاد کے لیے شروعات ماں سے ہوتی ہے تو مجھے بھی اپنی والدہ کی بدولت ہی ایسے حالات میسر آئے کہ میں نے نعت خوانی شروع کی اور بحیثیت کم سن نعت خواں اللہ نے کرم نوازی کی کہ دس برس کی عمر میں ہی پنجاب بھر میں، میں نے جانا شروع کر دیا تھا۔ (ابھی اُس وقت یہ سلسلے کراچی تک نہیں آئے تھے)



نور محمد جرال: بہت عرصہ ہو گیا ہے۔ میں 1980ء میں پاکستان سے چلا گیا تھا۔ ابتداء میں سعودیہ عربیہ گیا وہاں تقریباً 19 سال گزارے اور اس کا مقصد حصول معاش تھا۔ کیونکہ یہاں جو معاشی صورت حال چل رہی تھی وہ میرے مزاج سے مطابقت نہیں رکھتی تھی نہ آج رکھتی ہے۔ اور اب امریکہ میں مقیم ہوں۔

نعت نیوز: نعت خوانی میں ابتدا کس سے متاثر رہے؟

نور محمد جرال: شروع سے ہی میں بنیادی طور پر دو لوگوں سے متاثر رہا پہلی اسٹیج پر محمد علی ظہور قصوری سے اور پھر میں نے اکتساب فیض محمد اعظم چشتی صاحب سے کیا۔

نعت نیوز: نعت خوانی سے نعت گوئی کا سفر کیسے طے کیا؟

نور محمد جرال: نعت خوانی سے چونکہ ذوق Develope ہوتا ہے تو جب آپ کو شعر سے محبت اور شعر آپ کا اوڑھنا بچھونا ہو جائے تو پھر اندر کی تخلیقی صلاحیتیں اگر اللہ نے دی ہیں تو نکل کر باہر آ جاتی ہیں تو میں نے جب دسویں جماعت تھا تو پہلی مرتبہ نظم لکھی۔ اور بچوں کے رسالے تعلیم و تربیت میں میری وہ نظم شائع ہوئی اس کے ساتھ ہی میری نعت گوئی کا آغاز ہو گیا۔ لیکن میں نعت لکھتا رہا مگر چار سال تک کبھی میں نے یہ جرأت نہیں کہ اپنی نعت پڑھوں اس لیے کہ میرا اس وقت جو مطالعہ کا معیار تھا وہ اتنا تھا کہ کوئی بھی بڑے سے بڑا لکھنے والا میری مطالعاتی دسترس سے باہر نہیں تھا یعنی محسن کاکوروی، امیر مینائی، اعلیٰ حضرت، مولانا حسن سے لے کر جتنے شعراء درمیان میں آتے ہیں حفیظ تائب صاحب تک۔

نعت نیوز: اصلاح سخن کے لیے کس کے دروازے پر دستک دی؟

نور محمد جرال: میری نظر اس کے لیے حفیظ تائب صاحب پر آ کر رکی پھر میں کہیں اور گیا ہی نہیں۔ میری لفظوں سے جتنی جان پہچان ہے، لفظ کی مزاج شناسی اور نعت کے لیے لفظ کے معیار کا انتخاب یہ میں نے حضرت حفیظ تائب صاحب سے سیکھا۔

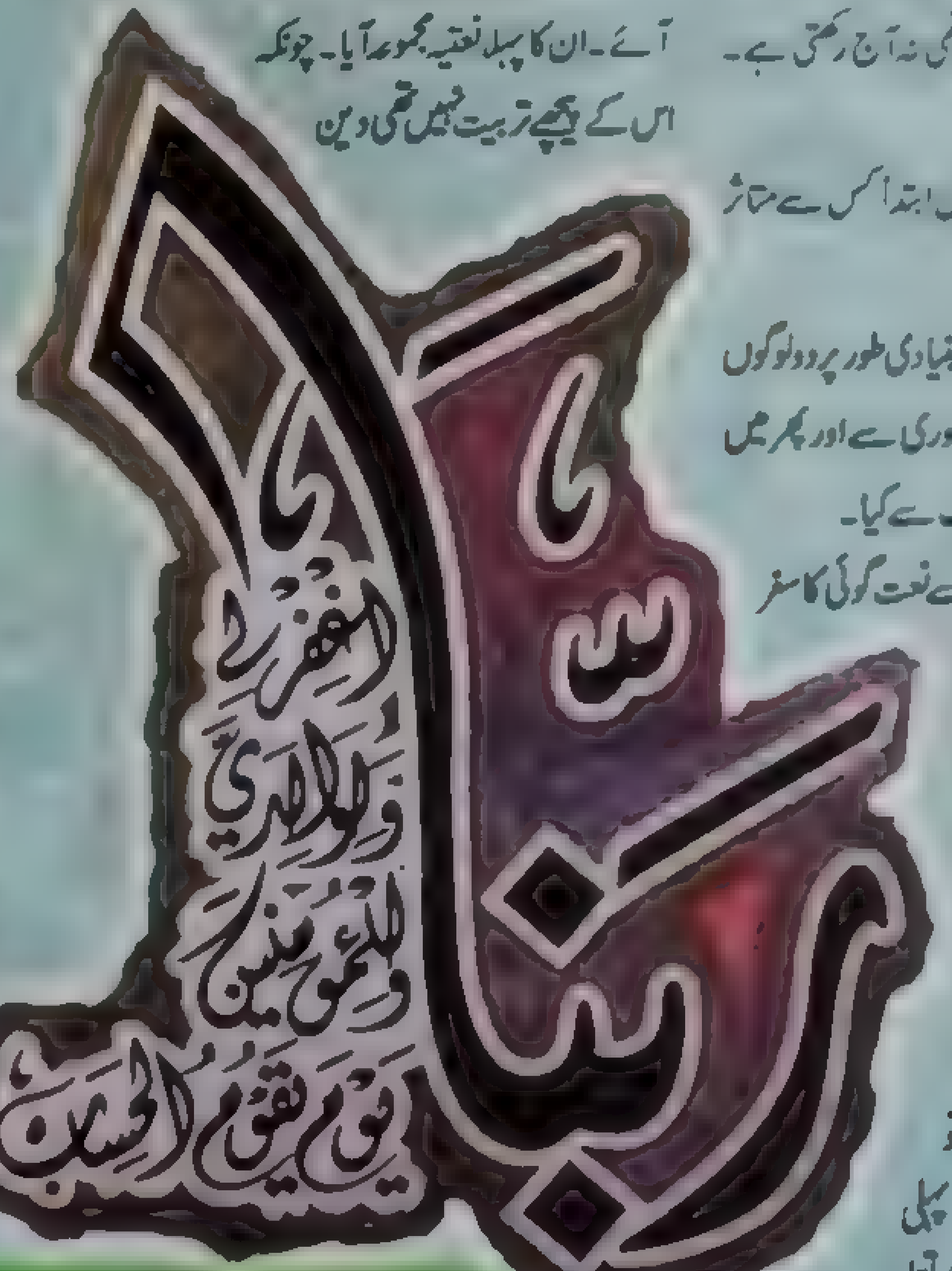
اور وہ فرمایا کرتے تھے کہ "نعت اتنی مشکل صنف سخن ہے کہ اس میں بعض اوقات آپ کو اپنے فن کی قربانی دینی پڑتی ہے۔" آپ Compromize نہ کریں کہ کوئی ایسا لفظ استعمال ہو جائے یا ایسا خیال جس سے کوئی ذو معنویت کی طرف جائے تو وہ فرماتے تھے کہ "یہ نہ ہو کہ عاقبت کے سنورنے کے بجائے سارا معاملہ الٹا ہو جائے۔" دیکھیں ایک بہت بڑا نام تھا ہماری شاعری اور ادب میں۔ وہ ترقی پسند شاعر تھے بعد میں نعت کی طرف آئے۔ ان کا پہلا نعتیہ مجموعہ آیا۔ چونکہ اس کے پیچھے تربیت نہیں تھی دین کی فکری تربیت نہیں تھی اور مزاج رسول سے آشنائی نہیں تھی اور قرآن کا مطالعہ نہیں تھا کہ قرآن نے کیا حدود و قیود لکھی ہیں۔ اس لیے پہلا شعر ہی ایسا ہوا کہ تائب صاحب نے شور ڈال دیا کہ یہ کیا ہوا۔ حالانکہ وہ یونیورسٹی میں ان کے استاد بھی تھے شعر تھا کہ

تیری حدیث ترے سامنے سناؤں کبھی
یہ جی میں ہے کہ تجھے آئینہ دکھاؤں کبھی

اب آپ دیکھ لیں کہ وہ حدیث اور آئینہ کی بات کر رہے تھے لیکن "آئینہ دکھانا" جو محاورہ ہے وہ کن معنوں میں استعمال ہوتا ہے۔ یہ بات ہے کہ اگر کسی کی فکری تربیت نہیں ہے، اگر اس کا روحانی رابطہ در رسول سے نہیں ہے جو مرضی کر لے اچھا شعر تو کہہ سکتا ہے اچھا نعت گو نہیں بن سکتا۔ یہ ساری باتیں میرے ذہن میں تھیں اس لیے میں نے حفیظ صاحب کا انتخاب کیا اور اللہ نے مجھے موقع دیا پھر انھوں نے مجھ پر بڑی کرم نوازی کی۔

نعت نیوز: اب تک آپ کے کتنے مجموعے منظر عام پر آ چکے ہیں؟

نور محمد جرال: میرا ایک مجموعہ "عین نور" آیا تھا 1999ء میں۔ وہ زاویہ پبلی کیشنز نے چھاپا تھا۔ میری کتاب کا دیباچہ حضرت حفیظ تائب صاحب کا لکھا ہوا ہے اور آراء ہیں احمد ندیم قاسمی کی اور شہزاد احمد کی اور طلیب ڈاکٹر سید خورشید رضوی نے لکھا اور



میں نے جب دسویں جماعت تھا تو پہلی مرتبہ نظم لکھی۔ اور بچوں کے رسالے تعلیم و تربیت میں میری وہ نظم شائع ہوئی اس کے ساتھ ہی میری نعت گوئی کا آغاز ہو گیا۔ لیکن میں نعت لکھتا رہا مگر چار سال تک کبھی میں نے یہ جرأت نہیں کہ اپنی نعت پڑھوں اس لیے کہ میرا اس وقت جو مطالعہ کا معیار تھا وہ اتنا تھا کہ کوئی بھی بڑے سے بڑا لکھنے والا میری مطالعاتی دسترس سے باہر نہیں تھا

میری کتاب کا خیر مقدم ڈاکٹر ریاض مجید نے تحریر فرمایا۔ عنقریب یہ دوبارہ شائع ہوگا۔ میرا دوسرا مجموعہ بھی تیار ہے اس کا نام ہے "وہ جو لفظ تو نے عطا کیے" اس کے علاوہ بھی بے شمار مواد میرے پاس موجود ہے۔

نعت نیوز: کیا نعت کے ساتھ ساتھ غزل گوئی کا بھی رجحان ہے؟

نور محمد جرال: جی ہاں! اس کا بھی ایک مجموعہ تیار ہے۔ عنقریب منظر عام پر آئے گا۔ اس کا نام ہے "محبت بانٹتے رہنا" اس کے علاوہ کچھ نظمیں ہیں، کچھ نثری کام ہے وہ بھی عنقریب ترتیب دوں گا۔

نعت نیوز: نثری کام کے حوالے سے آپ کی کیا مصروفیات رہیں؟

نور محمد جرال: ایک اخبار میں میرے کالم چھپتے رہے ہیں۔ میں کرنٹ افیئر پر بھی لکھتا تھا۔ لیکن زیادہ میں "یاد رفتگاں" لکھتا تھا جو ہمارے بڑے چلے گئے ان کے کام کے اوپر لکھتا تھا کہ کس طرح اور کیا ہوتا تھا۔

نعت نیوز: سعودیہ عربیہ میں قیام کے دوران ترویج نعت کے لیے آپ نے جو کوششیں کیں اس کی تفصیل بتائیے کہ آپ کو کن مسائل کا سامنا رہا؟ حالات کیا تھے وغیرہ وغیرہ؟

> سعودیہ عربیہ میں میں جتنا عرصہ رہا تو اللہ کے فضل سے ترویج نعت کے سلسلے میں بہت کام کیا۔ سعودیہ عربیہ ایک ایسا ملک ہے جو بہت بنجر ہے نعت کے معاملے میں۔ میں نے ایک شعوری کوشش وہاں پر کی کہ نعتیہ مشاعروں سے اس کا آغاز کیا جائے۔ میں نے سب سے پہلا جو نعتیہ مشاعرہ سعودی عربیہ میں کیا اس میں تمام مسالک کے شعراء کو بلایا۔ اس کا فائدہ یہ ہوا کہ نعتیہ پروگرامز کی رپورٹس کو وہاں کے اُردو اخبارات "اُردو نامہ" جس کی دو لاکھ سرکولیشن ہے

نور محمد جرال: سعودیہ عربیہ میں میں جتنا عرصہ رہا تو اللہ کے فضل سے ترویج نعت کے سلسلے میں بہت کام کیا۔ سعودیہ عربیہ ایک ایسا ملک ہے جو بہت بنجر ہے نعت کے معاملے میں۔ میں نے ایک شعوری کوشش وہاں پر کی کہ نعتیہ مشاعروں سے اس کا آغاز کیا جائے۔ میں نے سب سے پہلا جو نعتیہ مشاعرہ سعودی عربیہ میں کیا اس میں تمام مسالک کے شعراء کو بلایا۔ اس کا فائدہ یہ ہوا کہ نعتیہ پروگرامز کی رپورٹس کو وہاں کے اُردو اخبارات "اُردو نامہ" جس کی دو لاکھ سرکولیشن ہے اور ویکلی ٹائم میگزین جس کی سرکولیشن پچیس ہزار ہے ان میں تین تین صفحوں پر نعت کی رپورٹس آنے لگیں۔ نعت کا یہ سارا کام [illegible] میں نے شعوری طور پر کیا تاکہ میں اعتراض کی زد [illegible] بھی [illegible] اور نعت کا کام بھی ہو جائے۔ جب میں نے وہاں پہلا مشاعرہ کیا تو تین شعراء تھے کسی کے پاس ایک نعت تھی، کسی کے پاس دو کسی کے پاس پانچ۔ ایک یہاں کے شاعر ہیں پرانے صحافی بھی ہیں نعیم بازید پوری ان کے پاس نعتیں تھیں۔ ایک ہمارے بڑے سینئر دوست ہیں شاعر ہیں سجاد بابر پشاور سے ان کا تعلق ہے ان کے پاس نعتیں تھیں اور ایک ہمارے بہت سینئر شاعر ہیں منور ہاشمی بہت اچھے نعت گو شاعر ہیں لیکن ان میں سے کسی کے نعت کا کوئی دیوان نہیں چھپا ہوا تھا ان پروگراموں کی برکت سے یہ ہوا کہ میرا خیال ہے کہ کوئی قابل ذکر شاعر ایسا نہیں رہا جس کا نعتیہ مجموعہ نہ آیا ہو یہ اللہ کے فضل و کرم سے ممکن ہوا۔ یہ جو کوششیں آپ یہاں بیٹھ کے کر رہے ہیں میں نے تو بالکل صحرا میں بیٹھ کر کی۔ کوئی ٹھنڈی ہوا کا جھونکا نہیں تھا۔ لیکن آپ نعت کا معیار دیکھیں، سجاد بابر کا شعر ہے:

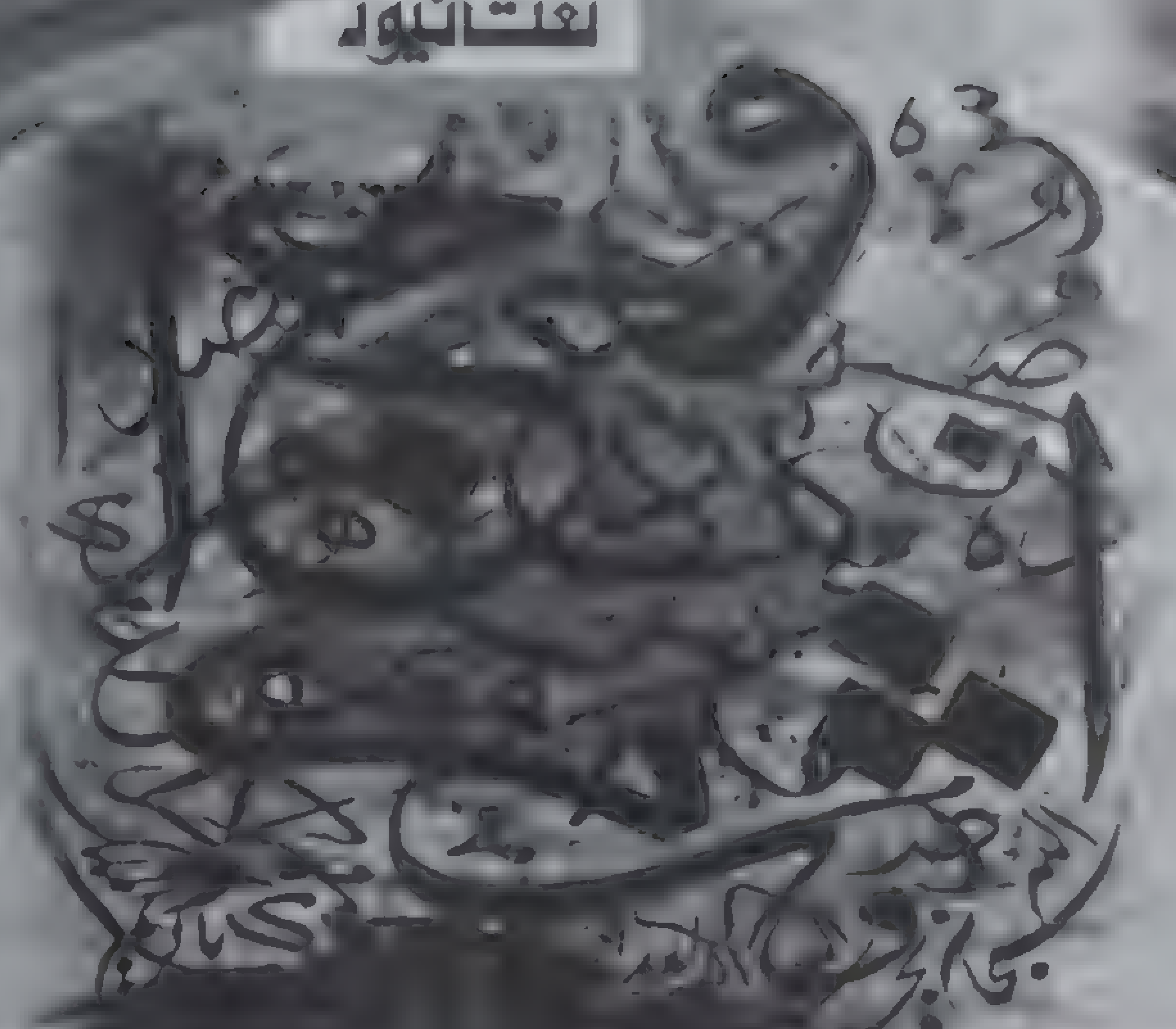
میری پہچان کو اب اتنا تابندہ لکھا جائے\
میری پیشانی پہ بطحا کا باشندہ لکھا جائے\
میری ہستی ہی کیا ہے کہ دربار رسل میں زباں کھولوں\
مجھے ان کے ثنا خوانوں کا کارندہ لکھا جائے

ہم لوگ نعت کا ایک ماہانہ مشاعرہ کرتے تھے وہاں اور سال کے شروع ہی میں بارہ پروگرام لوگ اسپانسر کر لیتے تھے۔ اس دوران بارہ کے علاوہ سال میں چالیس چالیس پروگرام ہو جاتے تھے جو ہمیں ہر ہفتے کرنے پڑتے تھے۔ اس کے ساتھ ساتھ مدینہ منورہ میں نعتیہ مجالس کا انعقاد کیا۔ وہاں ایک بڑا مرکز تھا حضرت مولانا ضیاء الدین مدنی رحمۃ اللہ علیہ کا دولت کدہ اور مجھے یہ سعادت ملی کہ جب میں پاکستان سے سعودیہ عربیہ گیا تو میں نے ان کی مجلس میں دو سال تک نعت خوانی کی۔ حرمین شریفین میں ہی انڈیا اور پاکستان کا کوئی قابل ذکر شاعر ایسا نہ تھا جس سے میری ملاقات نہ ہوئی ہو۔ عرب، سوڈان، الجزائر، شام، مراکش وغیرہ کے جو بڑے بڑے مشائخ تھے ان سے بھی میری ملاقاتیں رہیں۔

پھر مجھے یہ بھی اعزاز حاصل ہوا کہ میاں نواز شریف صاحب جب پرائم منسٹر بنے چونکہ یہ ساری فیملی نعت سے بڑی محبت کرتی ہے تو انھوں نے وہاں مدینہ منورہ میں کہا کہ جب بھی میرا وزٹ ہو میں سفیر کو کہہ رہا ہوں کہ آپ کو انفارم کرے اور محفل نعت کا انعقاد کرے۔ اس کے بعد خورشید احمد صاحب سے لے کر جو بھی نعت خواں اس وقت وہاں موجود ہوتا رمضان میں یا اس کے علاوہ میں سب کو لے جاتا تھا اور ڈھائی تین گھنٹے کی کمال کی وہ مجلس ہوتی تھی۔ ان کے ٹی وی چینلز اس کو ریکارڈ کرتے چونکہ یہ سرکاری سطح پر ہوتا تھا تو اس لیے کوئی پرابلم نہیں ہوتی تھی۔ اور یہ سلسلہ کئی سال تک رہا۔ اس کے برعکس جب میں پہلی مرتبہ سعودیہ عربیہ آیا تو پاکستانی سفارت خانے گیا میں نے کہا چودہ اگست آ رہا ہے میں پاکستان سے آیا ہوں اور نعت میں پریذیڈنٹ ضیاء الحق سے (جو پہلا Compitition تھا اس میں) ایوارڈ لیا ہے اور ریڈیو ٹی وی پر بھی نعت پڑھتا ہوں۔ تو سفیر صاحب مجھے دیکھ کر کہنے لگے آپ کو پتا نہیں سعودیہ عربیہ میں کیا ہوتا ہے آپ نعت کی بات کرتے ہیں یہ تو شجر ممنوعہ سمجھتے ہیں۔ میں نے کہا ایسا ہو نہیں سکتا۔ مسئلہ یہ ہے کہ آپ کس طرح نعت اور کیا Present کرتے ہیں۔ بات یہاں پر آ کر رکی ہے۔ سفیر نے [illegible]۔ میں معذرت خواہ ہوں۔ میں نے دروازے سے نکلتے ہوئے ایک جملہ کہا بہت دور کی بات نہیں کر رہا اگلے سال ہی آپ ان شاء اللہ مجھے کال کر کے بلائیں گے نعت [illegible] سفارت خانے میں۔ پھر اللہ تعالیٰ وہ وقت بھی [illegible] سفارت خانہ باقاعدہ بارہ ربیع الاوّل شریف کو [illegible] نامہ جاری کرتا تھا کہ آج رات کو محفل نعت ہوگی۔ یہ ایک سفر تھا نعت کے لیے جو میری زندگی کا ایک خواب تھا۔ اور بحمداللہ پورا ہوا۔

نعت نیوز: امریکا میں فروغ نعت کے حوالے سے آپ کی کیا کوششیں رہیں؟

نور محمد جرال: امریکا میں لوکل سطح پر نعت خوانی ہوتی ہے اور چینل وغیرہ چلتے ہیں مثلاً Qtv کی Viewership بہت ہے امریکا اور یورپ میں، اسی طرح نورانی وی اس کی Viewership بھی بہت دیکھا جاتا ہے۔ باقی چینل جزوی طور پر نعتیہ پروگرام کرتے ہیں تو لوگ سمجھتے ہیں نعت [illegible] کل یہی ہو رہی ہے۔ میں نے انھیں اپنے طریقے سے نعت سنائی۔ ہر آدمی کے پڑھنے کا اپنا انداز ہے میرا اپنا انگ ہے۔ میں کسی کی نقل نہیں کرتا۔ مجھے کوئی کہے فلاں کی پڑھی ہوئی نعت سناؤ۔ میں کہتا ہوں وہ اس کی پڑھی ہوئی ہوگی لیکن میں اپنے طریقے سے سناؤں گا۔ میں نقالی نہیں کرتا۔ پھر اللہ [illegible] کا شکر ہے وہ لوگ آہستہ آہستہ مائل ہوئے آج [illegible] نعت کا وہ ماحول ہے کہ امریکا میں اب [illegible] نعت کے اتنے [illegible]



پروگرام ہیں کہ میں ساری جگہ نہیں جا پاتا۔

نعت نیوز: کیا آپ نے فروغِ نعت کے حوالے سے باقاعدہ کسی بزم یا تنظیم کی بنیاد بھی رکھی ہے؟

نور محمد جرال: جی ہاں! دائرۃ الادب کے نام سے سعودیہ عربیہ میں ایک بزم قائم کی جو اب بھی کام رہی ہے اور اس کے تحت بہت کام کیا گیا مشاعرے وغیرہ۔ پاکستان کے جشنِ طلائی کے موقع پر سولہ شعراء احمد فراز، حمایت علی شاعر، [illegible] رضوی وغیرہ کو پاکستان سے مدعو کیا۔ البتہ امریکا

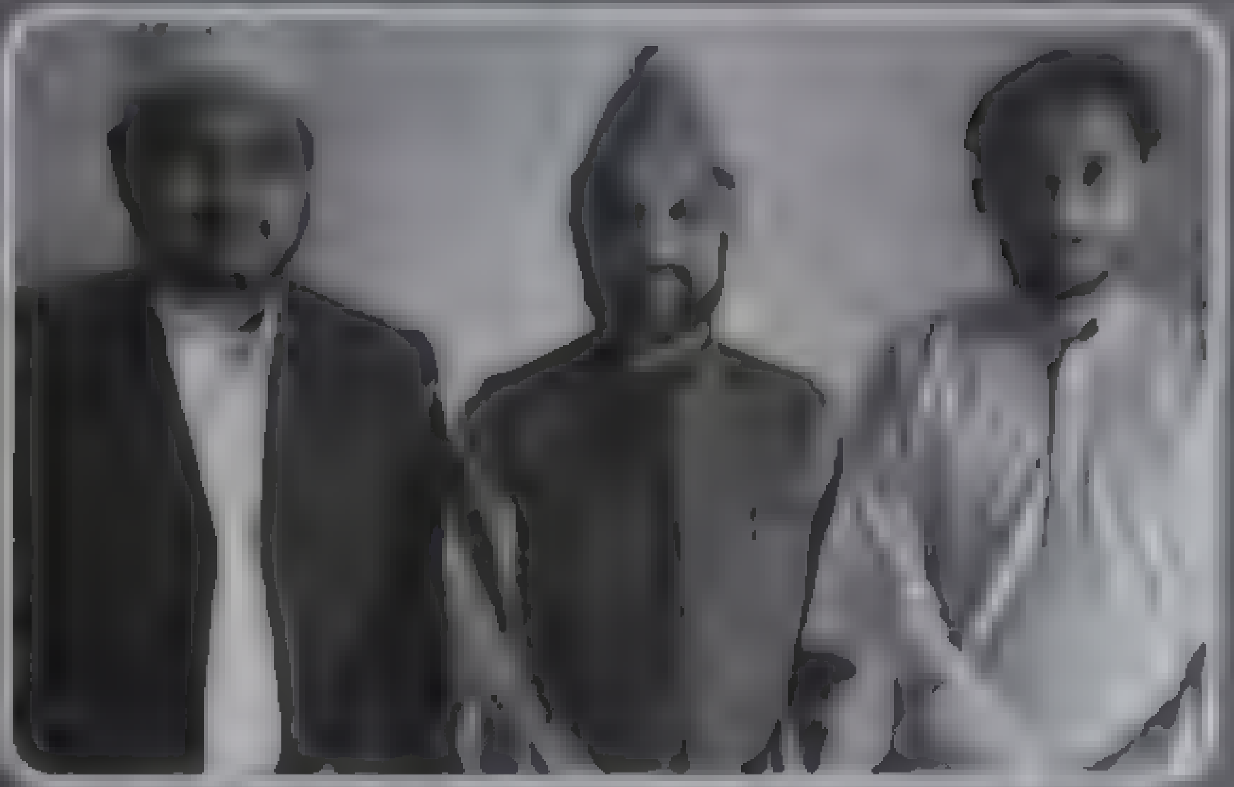
کا موسم یا مزاج اس سے مطابقت نہیں رکھتا۔ برف باری اتنی ہوتی ہے کہ لوگ ہفتہ ہفتہ گھروں سے باہر نہیں نکل سکتے۔ لیکن یہ ضرور ہے کہ نعتیہ پروگرام اور نعتیہ مشاعرے ہوتے رہتے ہیں۔ لیکن ان شاء اللہ میرا اپنا یہ ارادہ ہے کہ میں نعت کا کام ایک پلیٹ فارم سے کروں۔

نعت نیوز: نعت خوانی کے لیے تربیت کس قدر ضروری ہے؟

نور محمد جرال: نعت خوانی میں تربیت اتنی ہی ضروری ہے جتنی کسی اکاؤنٹنٹ کو اکاؤنٹنٹ بننے کے لیے اکاؤنٹس پڑھنا ضروری ہے۔ جتنا کسی ڈاکٹر کو ڈاکٹر بننے کے لیے بیالوجی سے لے کر تمام متعلقہ علوم پڑھنا ضروری ہیں۔ میں اس میں Compromize نہیں کرتا۔ دیکھیے آپ دس ہزار کے مجمع میں واحد آدمی ہوتے ہیں جو اسٹیج پر آ کر حضور ﷺ کی نعت پڑھ رہے ہیں۔ دس ہزار لوگ، بیس ہزار کان اور بیس ہزار آنکھیں آپ کو دیکھ اور سن رہی ہیں۔ بیس ہزار ذہن آپ کو محسوس کر رہے ہیں۔ یہ ذمہ داری کی بات ہے اب آپ جو Deliver کرو گے کچے ذہنوں پر اس کا اثر کیا ہوگا اور Mature کے ذہن پر اس کا اثر کیا ہوگا دونوں چیزیں Develope ہوتی جائیں گی اگر آپ نعت خوانی کے آداب جانتے ہیں۔ نعت خوانی گائیکی یا گلوکاری کا کوئی حصہ نہیں ہے اس کا سُر سے تعلق ہے لیکن اس کا ردھم یا بیٹ سے اس طرح کا تعلق نہیں جیسے سماع کا کہ جس میں لوگ نعتیہ کلام کو مزامیر کے ساتھ پڑھتے ہیں۔ نعت خوانی ایک اپنا تشخص رکھتی ہے اس کے پڑھنے کے اس کے لحن کے کچھ آداب ہیں ہاں البتہ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ میں محسوس کرتا ہوں کہ اس کے لیے بھی کچھ سُر کی سمجھ اور تربیت بڑی ضروری ہے۔ لیکن اس کی ایک حد بندی ہے۔ میرے دوست ہیں ایک جگہ انھوں نے نعت پڑھی اور کلاسیکل انگ شروع کیا میں نے انھیں ایک بات سمجھائی اگر کوئی کلاسیکل سننے والا ہے تو وہ آپ کو نہیں سنے گا۔ لوگ سلامت علی خان کو سنیں گے (اُس وقت سلامت علی خان زندہ تھے) یہاں لوگ نعت سننے کے لیے آتے ہیں کلاسیکل انگ سننے کے لیے نہیں آتے۔ لہٰذا آپ اس کو استعمال کرو اگر [illegible] آپ [illegible] نہ ظاہر کرو۔

دوسری اہم بات کلام کا انتخاب ہے۔ اگر نعت خواں تعلیم یافتہ نہیں ہے جو آج کل کا المیہ ہے جو تیسری میں چوتھی میں بھاگ گیا اس کا گلا اگر اچھا ہے تو وہ نعت خواں بن گیا۔ اس نے سوچا شام کو نکلوں گا چار پانچ سو روپے اپنی اپنی حیثیت کے مطابق لے کے آجاؤں گا۔ سارا دن سو کر گزاروں گا۔ یہ بڑی ذمہ داری ہے آپ [illegible] کے اوپر اپنے نقش چھوڑ رہے ہیں اگر آپ کی نعت کوئی میسج نہیں دیتی تو آپ بڑی بے احتیاطی کے مرتکب ہو رہے ہیں۔ کلام کا انتخاب آپ کی بڑی اہم ذمہ داری ہے اور

تیسری بات جو ہے وہ یہ کہ تلفظ کی درستی۔ میں کیو ٹی وی دیکھتا رہتا ہوں باتی بھی سنتا ہوں لوگوں کو اتنا بھی پتہ نہیں کہ ایک لفظ کو توڑنے سے اس کی معنویت تبدیل ہو جاتی ہے۔ پڑھتے پڑھتے "مدی" سانس توڑ دیا اور "نہ" آخر میں کہہ دیا اب "مدی" کوئی اور چیز ہے اور "نہ" کوئی اور چیز۔ میں اپنی مثال بتاتا ہوں ایک جگہ نعت پڑھ رہا تھا میرے استادِ گرامی قبلہ اعظم چشتی صاحب کی۔ ان کے سامنے نعت پڑھنا ایک تو بڑے حوصلے کی بات تھی اور جس کو وہ سننے



نے کہہ دیے تھے کہ تم پڑھا کرو اور میرا بھی خوش قسمتی سے ان لوگوں میں نام تھا کہ وہ کہتے تھے کہ تم نعت سنایا کرو۔ ان کی ایک نعت میں نے ٹی وی پر 79ء میں ریکارڈ کروائی تھی اس وقت میں سترہ یا اٹھارہ برس کا تھا۔ ان کی نعت تھی

کیوں عمر شرح زلف بتاں میں گنوایئے

جب میں نے نعت پڑھنا شروع کی تو اس کی Division میری سانس کے مطابق نہیں بنی۔ اس میں دو تین اضافتیں اکٹھی آتی ہیں تو سانس ٹوٹ گیا۔ انہوں نے کہا نعت بند کرو پوری مجلس سن رہی ہے۔ میں سر سے پاؤں تک پسینے پسینے ہو گیا کہ ایک لمحہ توقف کے بعد انہوں نے سامعین سے کہا دیکھو میں اس سے بڑا پیار کرتا ہوں یہ میرے بچوں کی طرح ہے لیکن لوگ اس کو کہتے ہیں کہ یہ اعظم چشتی کا شاگرد ہے اگر یہ اضافت توڑے گا تو میرے دل کو تکلیف پہنچے گی میں نے آج تک اضافت توڑ کے کبھی کوئی لفظ ادا نہیں کیا" لہٰذا میں نے پڑھا: "کیوں عمر" یہاں سانس توڑا "شرح زلف بتاں میں گنوایئے" میں نے نعت پڑھی تو روتے رہے زار و قطار۔ یہ ہے تربیت۔

نعت نیوز: آپ کے خیال میں فی زمانہ نعت خوانی میں عامیانہ پن کس قدر در آیا ہے؟

نور محمد جرال: عامیانہ پن نعت خوانوں نے خود چن لیا ہے کتنے لوگ ہیں جو آپ کی طرح یا کسی اچھے نعت خواں کی طرح نعت کا انتخاب کرتے ہیں۔ بہت عامیانہ پن آ گیا ہے۔ مولانا جامی کو، عرفی کو، رومی کو کیا نعت خوانوں نے زندہ رکھا ہوا ہے۔ یہ وہ لوگ تھے کہ فارسی کا رواج ختم ہو گیا مگر ان کے اشعار آج بھی زندہ ہیں۔

نسبت خود بہ سگت کردم و بس منفعلم
زاں کہ نسبت بہ سگ کوئے تو شد بے ادبی

قدسی نے کہا "میں اپنی نسبت یارسول اللہ ﷺ آپ کے گلی کے کتے کے ساتھ کرتا ہوں اور پھر میں شرمندگی کے ساتھ گھبرا جاتا ہوں کہ قدسی کہاں اور آپ کی گلی کا کتا کہاں۔" کیا یہ نعتیں آج زندہ نہیں؟ آج بھی زندہ ہیں لیکن نعت خوانوں کو اور یہ نعت کو جو ہمارے ہیں ان کو اللہ ہدایت دے۔ نعت نیوز: فی زمانہ آداب نعت کس قدر ملحوظ خاطر رکھا جاتا ہے؟

نور محمد جرال: میرے نزدیک نعت وہ عمل ہے کہ اگر اسے آداب اور عقیدے کی درستی کے ساتھ کیا جائے تو یہ مستحب عبادت کا درجہ رکھتی ہے۔

لیکن مسئلہ یہ ہے کہ میں محافل میں جاتا ہوں آپ محافل میں جاتے ہیں اگر اس کو صرف ہم کمرشل پوائنٹ آف ویو سے دیکھیں تو اللہ کے نبی بڑے رحیم و کریم ہیں اجر تو وہ دیں گے لیکن محبت کی وہ حاضری جو ایک عاشق کے دل کی لگتی ہے وہ ہماری نہیں لگے گی۔ اس میں سب سے بڑی بات ہے کہ نعت کی جھلک آپ کے کردار میں آنی چاہیے۔ اگر میری نعت مجھ پر اثر نہیں کر رہی تو کس پر کرے گی۔ یہ باتیں بہت ضروری ہیں نعت گو اور نعت خوان کو اپنے معاشرے میں مثال اور ماڈل بن کر رہنا چاہیے تاکہ کوئی آدمی یہ نہ کہے کہ فلاں وقت میں اس نے جھوٹ بولا تھا یا فلاں وقت میں دھوکا دیا تھا، فلاں وقت میں کہا یوں تھا اور کیا یوں تھا۔ اس لیے قول و فعل میں تضاد نہیں ہونا چاہیے۔ اللہ کے نبی ﷺ کی ساری زندگی جس کے ہم گیت گاتے ہیں بڑے بڑے مستشرقین نے بڑی بڑی جگہوں پر پرکھا کوئی ایک لمحہ نہیں آیا کہ کسی نے کہا ہو کہ یہ کہا تھا اور یہ ہو گیا۔ اس لیے اعمال میں نعت کا پرتو نظر نہیں آتا تو ہمیں اپنے اعمال کی اصلاح کرنی چاہیے۔

ہم نے ایک سب سے بڑا نقصان یہ کیا کہ جو سنجیدہ سننے والا تھا اس کو ضائع کیا۔ آپ بھی غور سے دیکھیے، لوگوں کے چہروں کو۔ ہمارے جو بزرگ تھے وہ ہمیں کہا کرتے تھے کہ جب تم نعت پڑھو تو ہاتھ باندھ لینا اور آنکھیں بند کر کے تصور کرنا کہ تم اپنے آقا و مولا ﷺ کی بارگاہ میں کھڑے ہو اور تمہاری طبیعت پر وہ اثر نظر آنا چاہیے پھر نعت پڑھو۔ اب یہ کیا ہے کہ ہاتھ اٹھا کر یوں کرو، یہ کیا ہے؟ آپ لوگوں سے رقص کروا رہے ہو۔ آپ چاہتے ہو کہ جیسے ابرار یا فاخر یا دوسرے گانے والوں کے سامنے ماحول ہوتا ہے آپ وہ ماحول نعت کی محافل میں بنانا چاہتے ہو۔ نعت کسی اور چیز کی متقاضی ہے۔ ہم تو ان لوگوں کو سناتے رہے جو یوں سر جھکا کر سنتے تھے اور جب سر اٹھاتے تھے تو سب کچھ بھیگ چکا ہوتا تھا۔

> فروغ نعت خوانی میں میڈیا کا بڑا کردار ہے۔ عصر حاضر کے حوالے سے کچھ چینلز ایسے ہیں جن میں کام اچھا ہو رہا ہے لیکن اس میں ایک خاص بات ہے میں کسی مذہبی چینل کی بات نہیں کر رہا۔ باقی چینلز کو یہ پتا نہیں ہے کہ نعت پڑھنے، اس کو ریکارڈ کرنے، پیش کرنے کے لوازمات کیا ہیں

نعت نیوز: عصر حاضر کے حوالے سے فروغ نعت میں میڈیا کے کردار کو آپ کیسے دیکھتے ہیں؟

نور محمد جرال: فروغ نعت خوانی میں میڈیا کا بڑا کردار ہے۔ عصر حاضر کے حوالے سے کچھ چینلز ایسے ہیں جن میں کام اچھا ہو رہا ہے لیکن اس میں ایک خاص بات ہے میں کسی مذہبی چینل کی بات نہیں کر رہا۔ باقی چینلز کو یہ پتا نہیں ہے کہ نعت پڑھنے، اس کو ریکارڈ کرنے، پیش کرنے کے لوازمات کیا ہیں۔ ایک کو پگڑی پہنا دی، ایک کو پاجامہ پہنا دیا اور وہ ایسے ویسے حرکتیں کر رہا ہے یہ گانے میں تو چل سکتا ہے نعت میں نہیں۔ آپ اس کو جدید ٹچ دیں مگر اس کے تقدس کے ساتھ۔ اس میں جعلی پن بہت نظر آتا ہے جس طرح میں ہوں اس طرح میں ٹی وی میں کیوں نہیں آتا! جبہ، قبہ، دستاریں اور سارا کچھ، یہ بڑی اچھی باتیں ہیں مگر آپ دس یا پندرہ پرسنٹ لوگوں کو دیکھتے ہیں جو بے چارہ پچھلا مذہبی طبقہ ہے جس میں ماں باپ کا تعلق کسی پیر

[illegible]

نعت نیوز: آپ کی شخصیت کا یہ [illegible] الناس سے مختلف ہے۔ آپ نے [illegible] میں [illegible] بھی سر انجام دیے ہیں۔ اس کا تجربہ کیسا رہا؟

نور محمد جرال: میں نے Hosting بھی کی ہے اور بہت کی ہے۔ بڑے بڑے پروگرام کیے۔ پچاس پچاس ہزار آڈینس کے۔ لیکن میں نے اب یہ دیکھا ہے کہ ہمارے پنجاب میں Hosting کا معیار Cheap ہو گیا ہے۔ جھوٹے پیروں کی تعریفیں کی جا رہی ہیں۔ یہ مجھے اچھا نہیں لگتا۔ میں اس رویے سے بھی خوف ہوں کہ نعت پڑھی جا رہی ہو اور نعت چھوڑ کر نعرۂ تکبیر اور نعرۂ رسالت لگایا جائے یہ ناپسندیدہ رویے ہیں وہ پیر ہو یا وقت کا غوث وہ نعت سے اور حضور کی توصیف سے بڑا نہیں۔

نعت نیوز: "نعت نیوز" کے حوالے سے آپ کیا پیغام دینا پسند کریں گے؟

نور محمد جرال: سب سے بڑی اس بات کی مجھے خوشی ہوئی ہے کہ جب ہم یہاں سے گئے تھے تو نعت کے حوالے سے کوئی میگزین، کوئی ڈائجسٹ، کوئی رسالہ یہاں پر موجود نہیں تھا۔ پہلا رسالہ راجا رشید محمود صاحب نے نکالا اور اب ماشاءاللہ سے "نعت نیوز" خدمت نعت خوانی کے حوالے سے یہ ایک بہت ہی اچھا اور مستحسن قدم ہے۔ اللہ آپ کے کام میں برکت دے۔ آپ اس کو ذریعہ بنایئے نعت خوانی کی اور نعت خوانوں کی اصلاح کا اور آپ یہ کام کر رہے ہیں اور آپ کا یہ موٹو ہے۔ میں سمجھتا ہوں کہ آپ ایک بڑا کام کر رہے ہیں جس کی آنے والے وقت میں پذیرائی ہو گی۔

عید سعید کے پر مسرت
موقع پر نعت نیوز کی
اشاعت محبان نعت کو
بہت بہت مبارک ہو

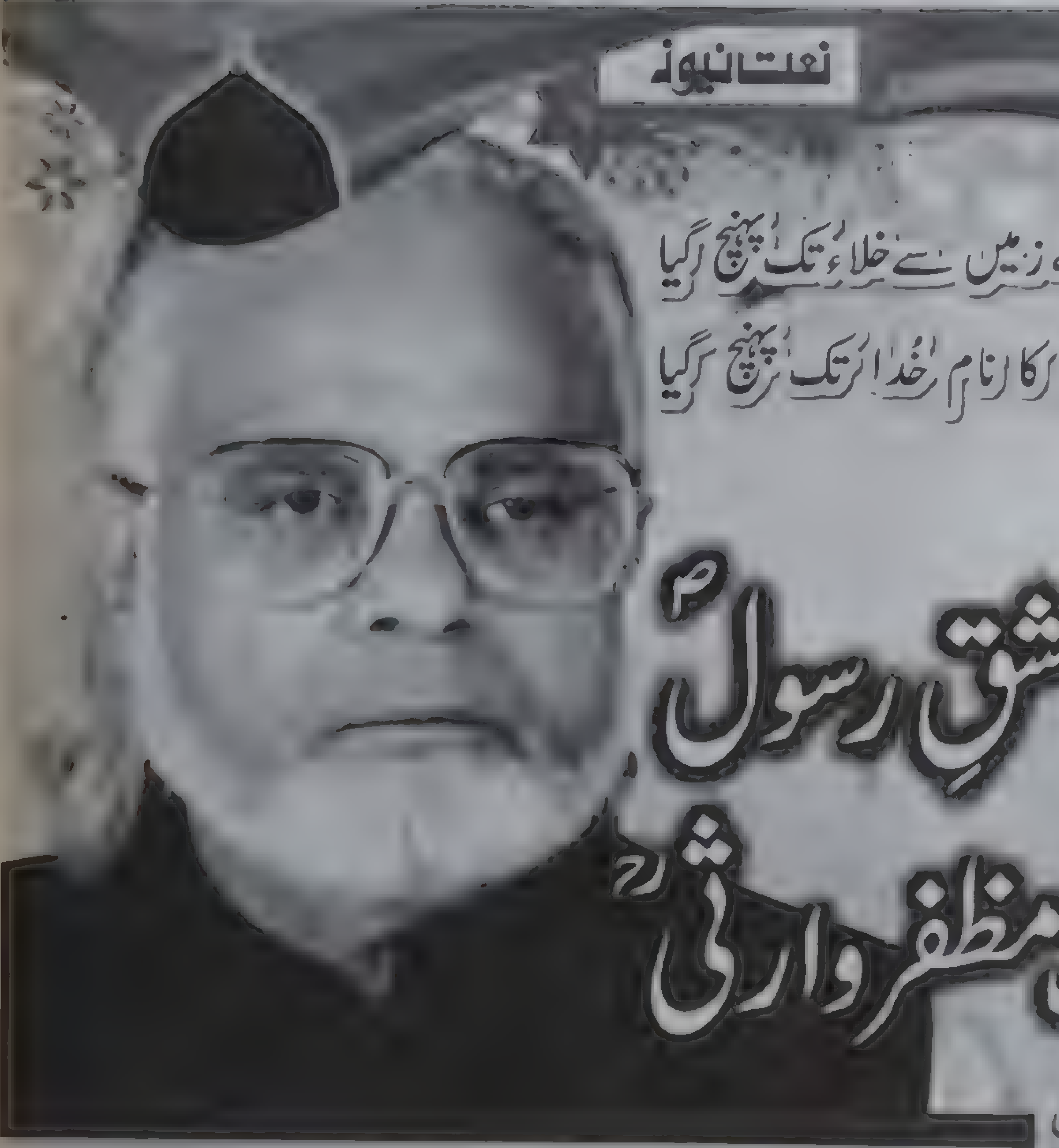
منجانب: ڈاکٹر طارق شریف زادہ

عید الفطر کی خوشیاں جلو میں لیے نعت نیوز کی تازہ
اشاعت پر مبارک باد پیش کرتے ہیں

منجانب: امیر منظور اشرفی

WORLD EXCHANGE CO.
'B' (Pvt) Ltd.
35, Commercial Zome, Palki Centre, Shop No.11, Liberty Market, Gulberg III, Lahore
Ph:042-5758111

لب کیا ہلے، زمیں سے خلاء تک پہنچ گیا
لے کر نبیؐ کا نام خدا تک پہنچ گیا



شہیدِ عشقِ رسولؐ حضرت مظفر وارثیؒ

حسیب وارثی

میری محبت اور میرا عہدِ وفا
میری زمین میرا وطن
میرے ارادوں کی بلندی
اُس زمیں کا آسماں
میرا شعور و آگہی، میری رہائش میرا گھر
میری طلب، زادِ سفر
میری بہارِ جستجو، حسنِ نظر
میرا مسلسل سوچنا، میرا ہنر
میرے [illegible]، میری شاعری
تلوار سا میرا قلم
میرے قلم کی روشنائی میرا خوں
جھنکاری طرزِ رقم
ہر لفظ میں میرا جنوں
میرا جنوں ہر اک کا غم
ہر دُکھ بھری آواز میرے لب پہ ہے
سارے جہاں کا راز میرے لب پہ ہے
پرواز میں بڑھ جاؤں سے کہ جاؤں گا
اور وقت کی مٹھی میں جگنو کی طرح رہ جاؤں گا

نبیؐ کے راستے کی خاک جسکی قیمتی پوشاک، جس کی کل جائداد مدینے کے خس و خاشاک، فاقہ کشی جس کی روح کی خوراک، جس کی نامہ بری دیدۂ نمناک، جسکی دنیا رکابِ شہسوارِ براقؐ، جسکی جست دعلیزِ وجہ لولاکؐ، چہرۂ مصطفےٰ کا قاری، ذرۂ دیارِ رسالتمابؐ، آوارۂ کوئے محمدؐ، مدحِ رسولِ پاکؐ کا لبِ لباب، جسکی جاں صحنِ حرم اور دل غارِ حرا، جس کا قلم پرِ جبرائیل، جس کی روشنائی مہ و نجوم کی روشنی۔

فنا فی الرسولؐ، آفتابِ ثنائے رسولؐ، قلندرِ محمدیؐ، شہیدِ عشقِ رسولؐ حضرت مظفر وارثیؒ۔

تنہائی میں بکھرا دوں، بھیڑ میں بکھروں اکیلی

تیری راہ میں لٹ کر میں نے اپنی قیمت لے لی
تیرے قدموں پر سر رکھ کر بڑھا لیا قد اپنا
اوڑھ کے تیری لگن کے شعلے، تیز ہوا سے کھیلی
اُجلے اُجلے کفن میں، ڈھانپ کے بوسیدہ پن اپنا
پھر سے اک بار مظفر ہو گئی نئی نویلی

اس عالمِ رنگ و بو میں قدم رکھنے والا ہر انسان اپنی فطرت اور میلان کے مطابق طرزِ عمل اختیار کرتا ہے۔ ہر شخص کو اللہ تعالیٰ نے ایک خاص کام کے لئے بنایا ہے۔ کوئی اپنی صلاحیتوں سے بے خبر رہ کر وہ ہو جاتا ہے جو وہ نہیں ہوتا اور کوئی اپنی صلاحیتوں کو پہچان کر اپنی منزل کی طرف گامزن ہو جاتا ہے۔ اور جس پر [illegible] نظرِ کرم ہو جائے اس کو [illegible] کے دُنیا والوں کے لئے مشعل

...وہ بتاتا ہے۔

جاں بول رہی ہے نہ لہو بول رہا ہے
میں بول رہا ہوں کہ تو بول رہا ہے

مظفر وارثیؒ کی شاعری انسان کی زندگی کی ہر جدّ و جہد میں نہ صرف رہنمائی کرتی ہے بلکہ راستے کے لئے روشنی، حوصلہ اور قوتِ عمل بھی عطا کرتی ہے۔ زندگی میں کوئی اعلیٰ مقام حاصل کرنے کی جدّ و جہد میں حضرت مظفر وارثیؒ سے خاطر خواہ مدد حاصل کی جا سکتی ہے۔ اگر میں یہ کہوں تو مبالغہ نہ ہوگا کہ وہ خدا تک بھی پہنچا سکتے ہیں یا یہ کہ مظفر شناسی خدا شناسی کے لئے نہایت ضروری ہے۔ میں نے تو ارکانِ دین کے بعد مظفر وارثیؒ کو مقدم جانا ہے۔ اگر ارکانِ دین سے خدا، اُس کے رسولؐ اور احکامِ خُدا اور رسول کو جاننے اور ... میں مدد ملتی ہے تو حضرت مظفر وارثیؒ کی شاعری سے بھی خدا کو جاننے اُس کے احکام پر چلنے اور رسول کریمؐ سے عشق کی تحریک ملتی ہے۔

لب کیا ہلے، زمیں سے خلاء تک پہنچ گیا
لے کر نبیؐ کا نام خُدا تک پہنچ گیا

اس دُنیا میں آنے والا ہر انسان جب اِس عالمِ بیکراں کے اَن گنت مظاہر کے ساتھ اپنے وجود پر غور و فکر کے عمل سے گذرتا ہے تو آخر کار وہ یہ دریافت کرنے میں کامیاب ہو جاتا ہے کہ

کوئی تو ہے جو نظامِ ہستی چلا رہا ہے۔ وہی خدا ہے
دکھائی بھی جو نہ دے نظر بھی جو آ رہا ہے۔ وہی خدا ہے

جب انسان تسلیم کے اِس مرحلے سے گذرتا ہے تو اس قادرِ مطلق کے قُرب کی خواہش اس کے دل میں پیدا ہوتی ہے۔ اور تب یہ تلاشِ حق کسی کو بصورتِ کلیم طور کی چوٹیوں پہ پہنچا دیتی ہے تو کوئی براہیم اپنے لختِ جگر کے لہو میں غوطہ زن ہو جاتا ہے۔

حضرت مظفر وارثیؒ عشقِ رسولؐ سے سرشار جب خِرد اور جنوں کی سرحدوں پر پہنچے تو کمالِ جنوں سے خِرد کی گتھیاں سلجھانے لگے۔ وہ اس کائنات میں ایک اور کائنات دریافت کر چکے تھے۔ پھر جب اُن پر رازہائے سربستہ کھلتے چلے گئے تو عجیب عجیب انکشافات نے انہیں زمین و آسمان کے انوکھے رشتوں کا مسافر بنا دیا۔ وہ ذات اور صفات کے تعلق سے آشنا ہوتے ہوئے نہاں کو عیاں کا روپ دیتے نظر آتے ہیں۔ اُن کا دل اُن کی آنکھ میں اور اُن کی آنکھ اُن کے دل میں تھی۔

حدِ شعور، سراغِ بلندی و پستی
حصارِ مشرق و مغرب، احاطۂ ہستی
مدارِ ارض و سما لا الٰہ الا اللہ
... ذہن، ضیائے نگاہ، نورِ جبیں
جمالِ عشق، وقارِ خودی، اساسِ یقیں
متاعِ جبر و رضا لا الٰہ الا اللہ

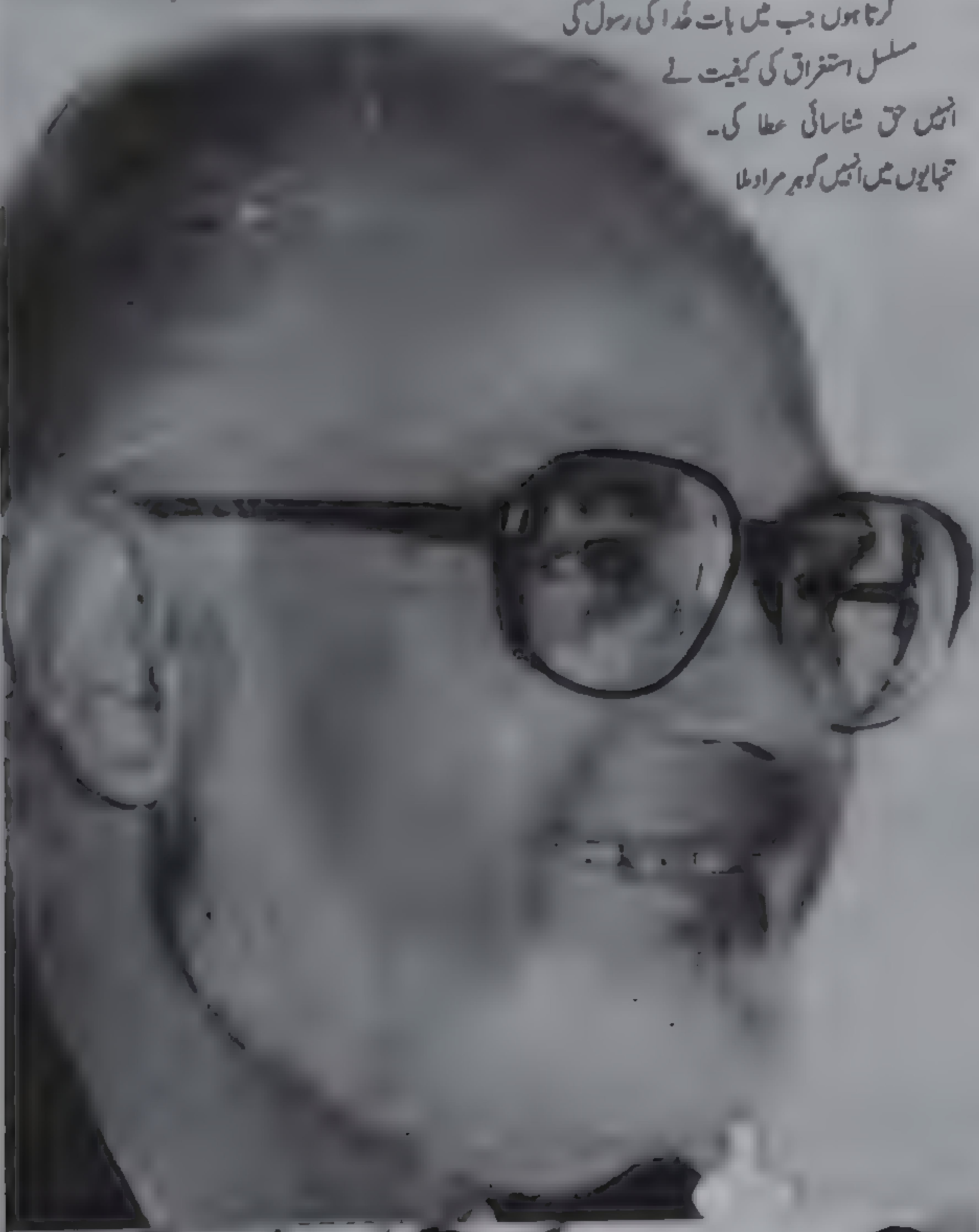
وہ صاحبِ عشق اور صاحبِ وجدان تو تھے ہی مگر سب سے بڑی بات ہے کہ صاحبِ نصیب بھی تھے۔ اُن سے سرزد ہونے والے اشعار بھی حضورِ پاکؐ کی رحمتوں کا جلوہ ہیں۔

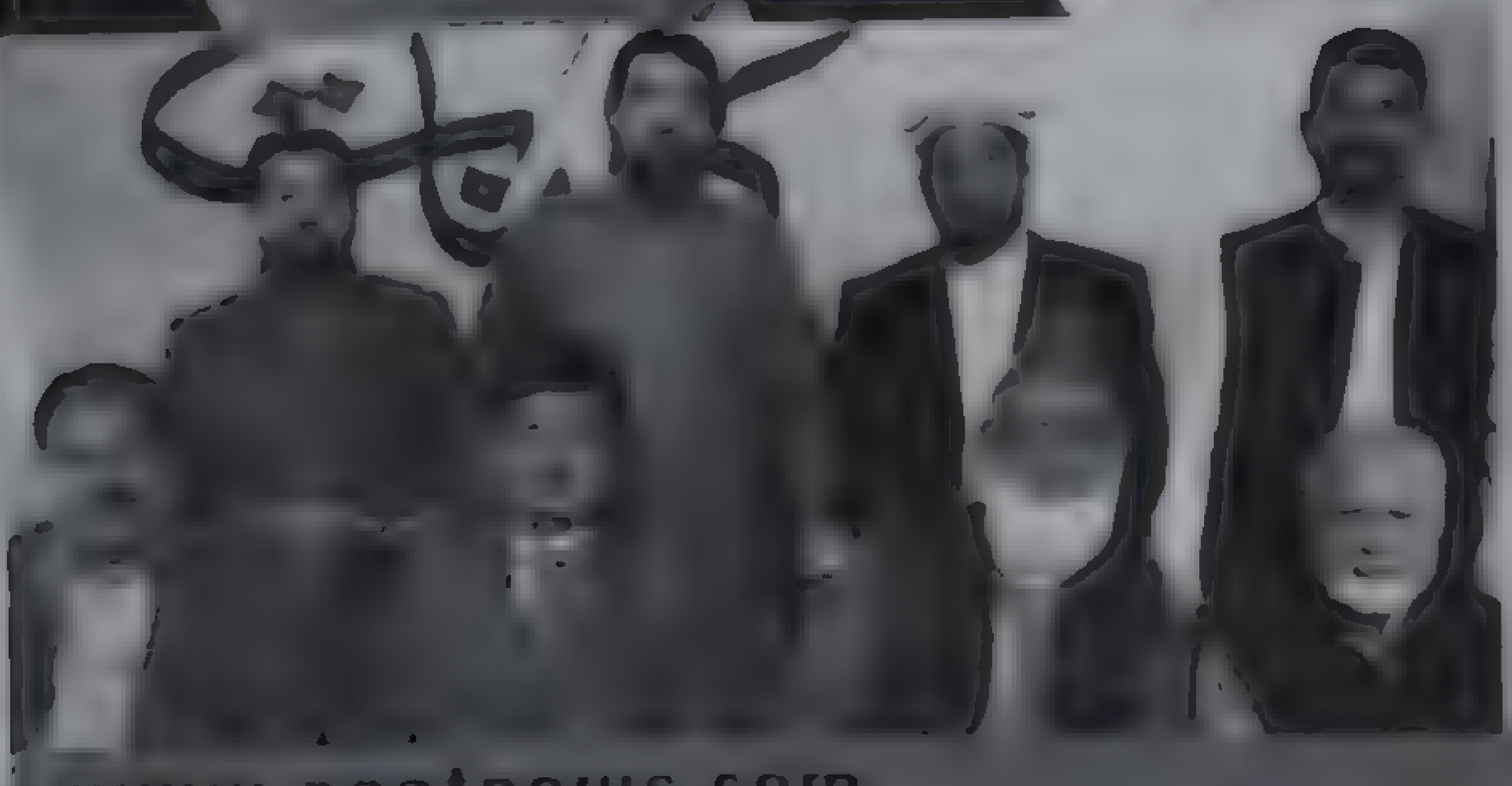
کُھلتے ہیں در کچھ اور مظفرؔ شعور کے
کرتا ہوں جب میں بات خُدا کی رسول کی

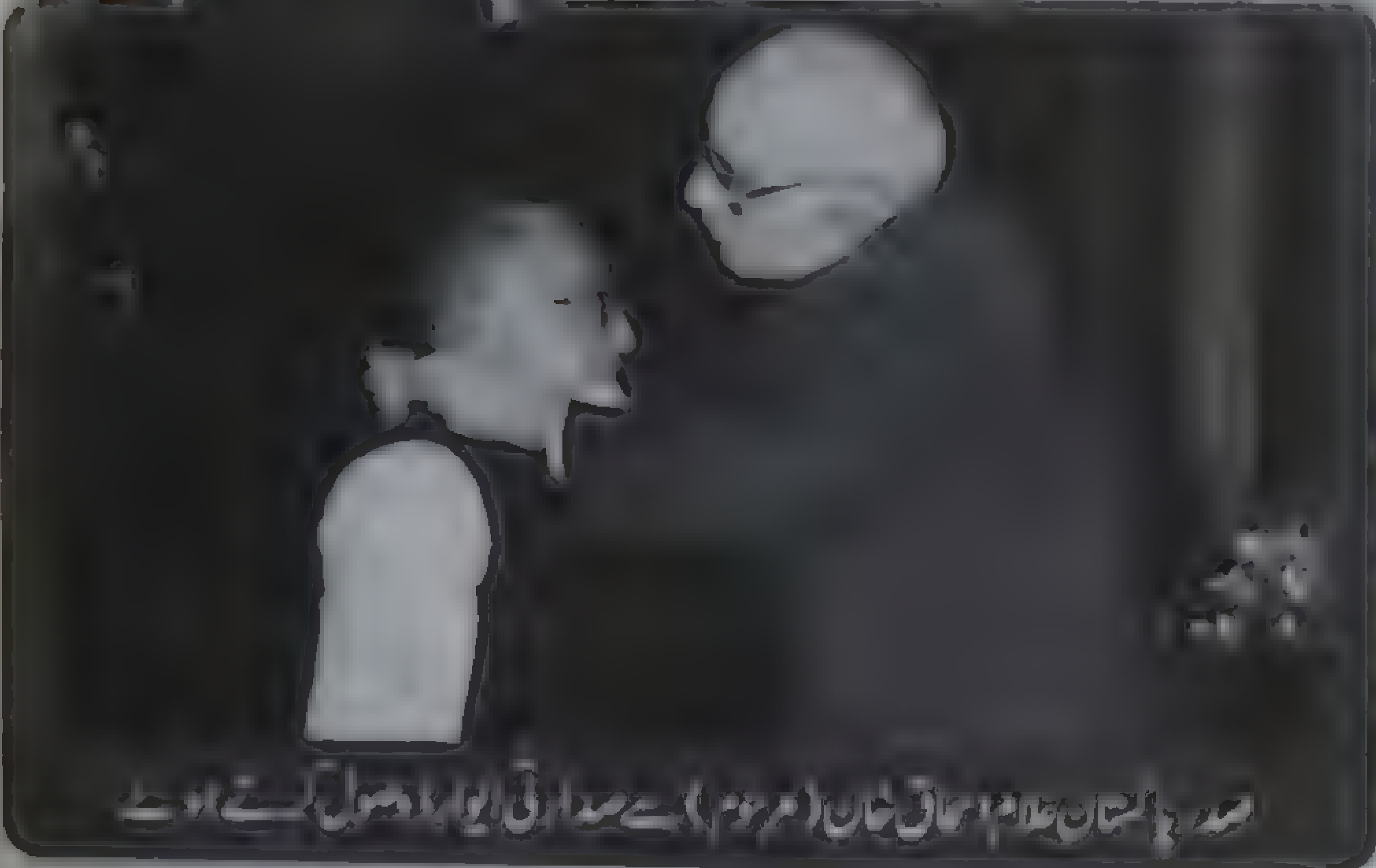
مسلسل استغراق کی کیفیت نے انہیں حق شناسائی عطا کی۔ تنہائیوں میں انہیں گوہرِ مراد ملا تو محافل میں زندگی کا راز پایا۔ خاموش رہ کر اپنی منزل پا گئے اور گویائی کے چراغ جلا کر ہماری منزل تک کا راستہ روشن کر گئے۔

آنکھیں تھما دیں تھے
جن کو میرے آقا چلے
چل تو بھی اُن ... پہ چل

مظفر وارثیؒ ہر چند کہ بنیادی طور پر غزل کے نمائندہ







صدرِ پاکستان غلام اسحاق خان (مرحوم) سے صدارتی ایوارڈ وصول کرتے ہوئے

شاعر ہیں لیکن نعت گوئی میں بھی ایک امتیازی وصف رکھتے ہیں۔ ۷۰ کی دہائی میں حضرت مظفر وارثیؒ کی شاعری میں اسلامیت کے جس رجحان کے خد وخال نمایاں ہونے لگتے ہیں وہ قلب ماہیت کا نہیں بلکہ تدریجی فکری ارتقاء کا آئینہ دار ہے۔ یہ ترمیم نظر کی نہیں بلکہ پختگی نظر کی دلیل ہے۔

غزل سے نعت کی جانب یہ پیش قدمی تضاد یا تناسخ کی بجائے ذہنی ارتقاء کی مظہر ہے۔ یہ سفر وسیع المشربی کا کرشمہ ہے نہ کہ بنیاد پرستی کا شاخسانہ درحقیقت یہ ایک وسیع النظر اور عالی ظرف ہستی کی ملک وقوم میں تیزی سے سرایت کرتی سرخ آندھی اور مساوات اسلامی کے لبادہ میں لپٹی سوشلزم کی تحاریک کے خلاف بغاوت ہے۔ قیام پاکستان کے مشاہدات، سقوط ڈھاکہ کے اذیت ناک تجربات اور نفاق انگیز معاشرتی فضا کے بتدریج بڑھتے ہوئے راج نے حضرت مظفر وارثیؒ کی فکری نشو ونما کو حیرت انگیز رفتار دی اور وہ بہت جلد وحدت الوجود کے دھند لکے سے نکل کر وحدت الشہود کی روشنی میں آ گئے۔ پہلے دور میں اگر وہ توحید کے صوفیانہ احساس میں کھوئے ہوئے تھے تو اگلے دور کی منزل پر وہ توحید کے پیغمبرانہ شعور کے امین بن گئے۔

خدا نے دل دیا دل کو خدا نبیؐ نے دیا
جو دسترس میں کسی کی نہ تھا نبیؐ نے دیا

کوئی بھی شاعر کسی مذہبی یا سیاسی تحریک کی بنا پر آفاقی شاعر نہیں بن سکتا۔ حضرت مظفر وارثیؒ کی آفاقیت کے رنگ وروپ ایک خاص عہد اور خاص سرزمین سے پھوٹے ہیں۔ ارضِ لا الہ پر مکمل کر اذان دینے کا اعادہ کرنے والے اس عاشقِ رسولؐ نے عشق ومحبت سے سرشار ہو کر فقر کی گہرائیوں میں رہتے ہوئے حوصلے کی بلندیوں کو چھوا تو اس کے تخلیقی عمل نے اظہار دینِ حق کے لئے تکبیرِ خداوندی بلند کی اور "آفاق میں گم" اس قوم کو خوف، غلامی اور سعی لاحاصل کی پستیوں سے نکل کر خوفِ خدا، رواداری اور خیالات ونظریات کے ماحصل ومحور کی طرف لوٹنے کا رستہ دکھایا۔ نصرتِ رسولؐ کے حصول کے لئے ایمان، توقیر وتعظیم، اطاعت ومحبت اور اتباعِ رسولؐ کے رنگ وآہنگ سے روشناس کرایا۔

دل پہ لکھا لب پہ رہا صلِ علیٰ محمد
حد آخری پہلا ہر اصلِ علیٰ محمد
ایسی بہت راتیں ہوئیں
رب سے میری باتیں ہوئیں
تو رب نے
بھی مجھ سے کہا صلِ علیٰ محمد

حضرت مظفر وارثیؒ کی نعتیہ شاعری مدحتِ رسولؐ، سیرتِ نبیؐ اور سنتِ مصطفیٰ کا ہی احیاء نہیں کرتی بلکہ بارہا اُمتِ محمدی کی حالتِ زار پر کڑھتی ہوئی اور اس کے تابناک مُستقبل کی متمنی بھی نظر آتی ہے۔

بھر گدڑیوں کو لعل دے
جاں پتھروں میں ڈال دے
حاوی ہوں مُستقبل پہ ہم
ماضی سا ہم کو حال دے
دعویٰ ہے تیری چاہ کا
اِس اُمتِ گمراہ کا
تیرے سوا کوئی نہیں
یا رحمت اللعالمیں

جہاں اپنی آخرت کے بارے میں پُر یقین ہیں کہ

اُس کا دیوانہ ہوں اُس کا مجذوب ہوں
کیا یہ کم ہے کہ میں اُس سے منسوب ہوں
سرحدِ حشر تک جاؤں گا بے دھڑک
مجھ کو اتنا تو زادِ سفر مل گیا

وہیں وہ ہمیں بھی تلقین کرتے ہیں

سینے میں وہ شمعیں دھریں
جو قبر کے اندر جلیں
سکے وہ اپنے پاس رکھ

غزل سے نعت کی جانب یہ پیش قدمی تضاد یا تناسخ کی بجائے ذہنی ارتقاء کی مظہر ہے۔ یہ سفر وسیع المشربی کا کرشمہ ہے نہ کہ بنیاد پرستی کا شاخسانہ درحقیقت یہ ایک وسیع النظر اور عالی ظرف ہستی کی ملک وقوم میں تیزی سے سرایت کرتی سرخ آندھی اور مساوات اسلامی کے لبادہ میں لپٹی سوشلزم کی تحاریک کے خلاف بغاوت ہے

جو آخرت میں بھی چلیں

احیائے سیرت اور انقلابِ رسولؐ کے اس عالمگیر شاعر کی حیات و تصانیف اور افکار کا مقصد و مدعا جہاں ملتِ اسلامیہ کو عشقِ نبیؐ سے سرشار کرتے ہوئے بے عملی اور باطل سے شکست خوردگی جیسی پستیوں سے اُٹھا کر ایک با وقار ملت کی صورت عزت و حکمت کی بلندیوں سے ہمکنار کرانا ہے وہیں پوری قوم کو اسمِ محمدؐ کے اُجالے سے منوّر کرنا اُن کی آخری خواہش اور آرزو بھی تھی۔ اپنے شاعرانہ وصف کا بھرپور استعمال کرتے ہوئے اُمتِ محمدی کو نورِ ازل سے منور کرنے اور زوال آشنا اُمتِ مسلمہ کے مردہ جسم میں خونِ زندگی کی گردش از سرِ نو بحال کرنے کی خاطر ... کراتے ہیں۔

اپنی طرف تکتا نہیں
تجھ سا کوئی یکتا نہیں
جھونکا کسی طوفان کا
تجھ کو بجھا سکتا نہیں
کر جیتِ عشق و وفا
بن جا چراغِ مصطفیٰؐ

علامہ اقبالؒ کے فکری انداز سے ہم نے "لاالٰہ الا اللہ" کی طاقت کو جان کر دنیا کی طاغوتی طاقتوں سے ٹکراتے ہوئے مقامِ ارضی تو حاصل کر لیا مگر اب وقت ہے "محمد رسول اللہ" میں مضمر قوتِ عشق کو پاتے ہوئے مقامِ افلاک تسخیر کرنے کا۔ یعنی اب وقت ہے

سارے صنم مسمار کرنے کا
خیرالبشر سے پیار کرنے کا
جیتِ عشق و وفا کرنے کا
چراغِ مصطفیٰؐ بننے کا
اور قرآن کی آواز میں نغمۂ لاتقنطو سننے کا

حضرت مظفر وارثیؒ کی یہ انقلابی نعتیہ شاعری عصرِ حاضر کے مسلمانوں کے لئے ایک دعوتِ فکر بھی ہے اور ان کی بیماریوں کا علاج بھی۔ ان کے الفاظ درحقیقت ہر صاحبِ درد کی دلی پکار بھی ہیں اور وقت کی اہم ترین ضرورت بھی۔ باطل کی سازشوں کے لئے چیلنج بھی ہیں اور ایمان سوز طاغوتی حربوں کی موت بھی۔ ملتِ اسلامیہ کے شاندار ماضی کی حقیقت بھی ہیں اور اس کے تابناک مستقبل کی ضمانت بھی۔

میں اُس زمانے کا منتظر ہوں
زمانہ جب بے مثال ہوگا

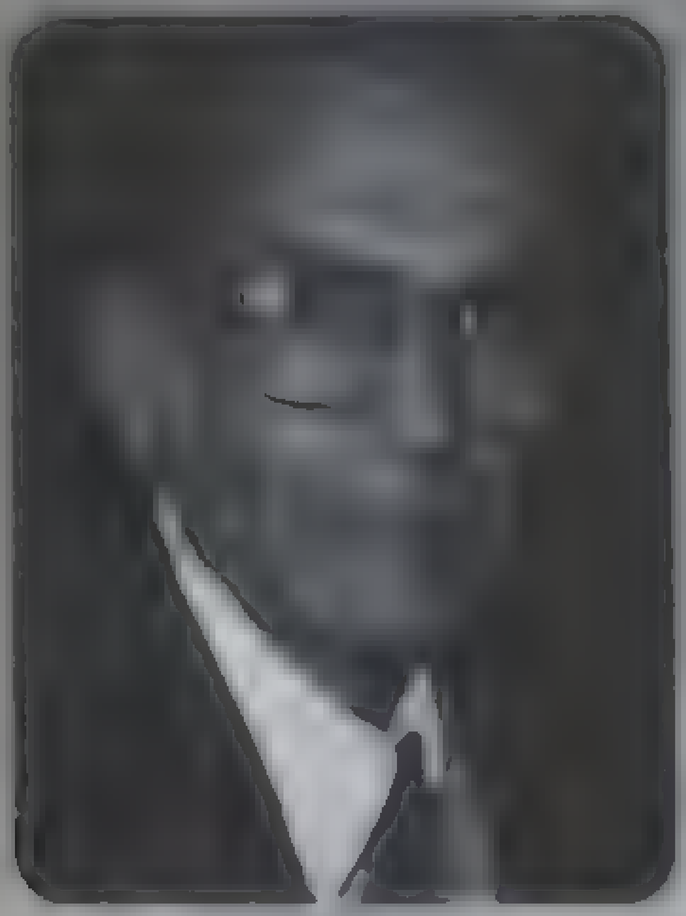
ہر ایک مسجد مدینے ہوگی
ہر ایک مؤذن بلال ہوگا
جہاد کرنا ہے ہر گھڑی سے
حساب لینا ہے زندگی سے
منائیں گے جشن خیر اُس
ان
بدی کا جب انتقال ہوگا
شریعتِ مصطفیٰؐ مظفر
ہماری آئین ساز ہوگی
خدا کا قانون اپنا قانون
بن گیا تو کمال ہوگا

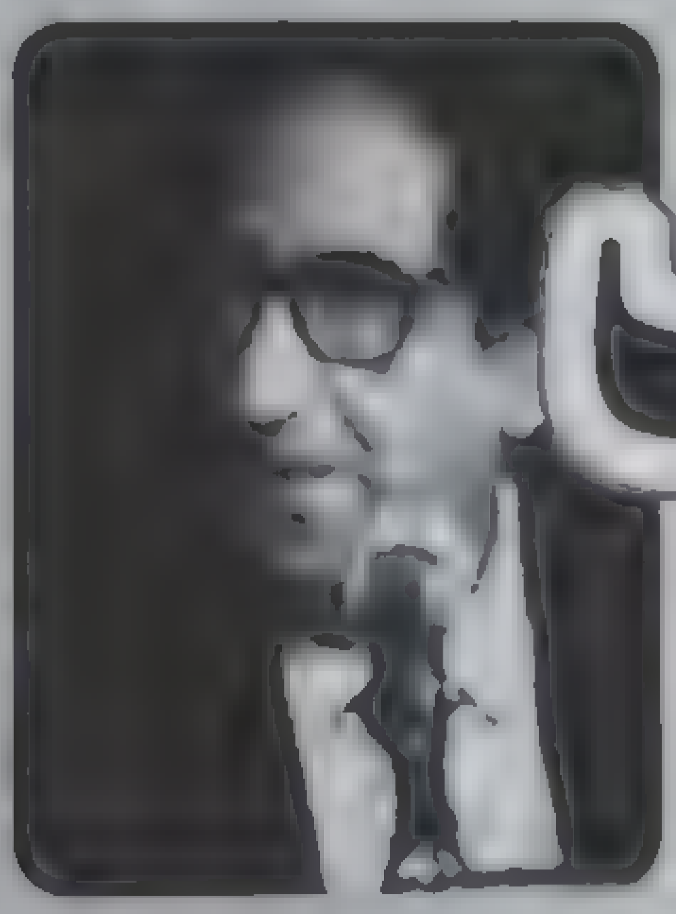
مظفر وارثیؒ کی شخصیت بحیثیت باپ ایک گھنے، اونچے اور سایہ دار درخت کی مانند تھی۔ کہا جاتا ہے کہ بڑے درخت کے نیچے چھوٹے پودے پنپ نہیں پاتے۔ ایسا شاید کچھ خود غرض پودوں کے ساتھ تو ہوتا ہوگا مگر جب کوئی آکاس بیل والہانہ عشق میں اُس گھنے درخت کے ساتھ لپٹ جائے تو وہ درخت اُس بیل کو اپنی تمام تر توانائیاں بخش کے اپنی بلندیوں اور وسعتوں سے روشناس کرا دیتا ہے۔

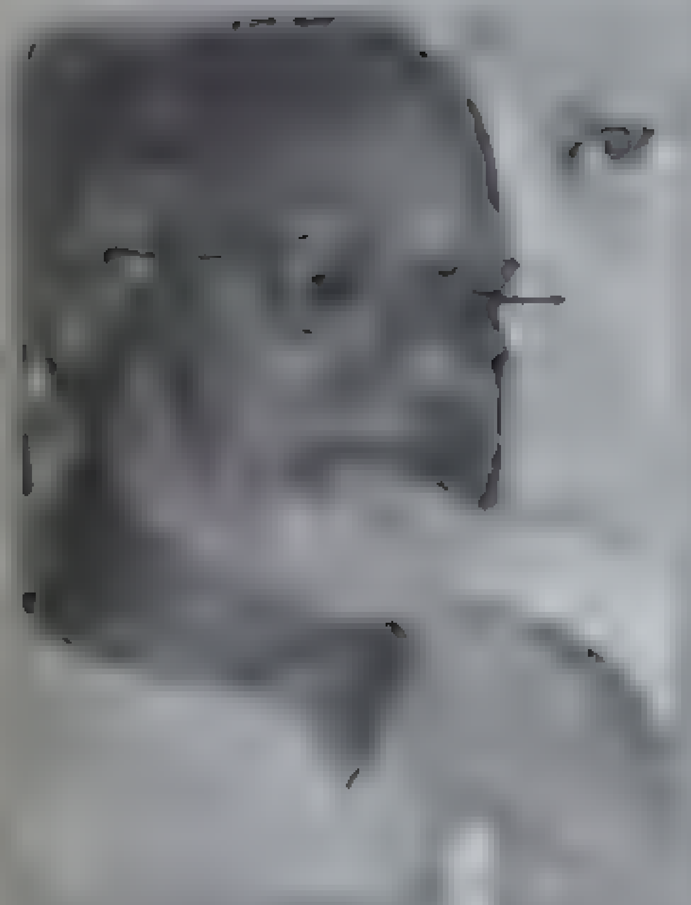
میں نے جب ایک عظیم و جلیل شاعر، مصورِ فطرت، فلسفیِ حیات کو ایک باپ کے روپ میں پایا تو اُن کی شخصیت، علمیت اور شفقت نے ایک درخشندہ آفتاب کی مانند میری تمام زندگی کو منور کر دیا۔ اُن کی ذاتِ اقدس نے میری بصارت کو بصیرت، میری سماعت کو جاذبیت، میری گویائی کو تاثیر، میرے تخیل کو آگہی، میری عقل کو شعور اور میرے دل کو نور عطا کیا۔ اُن کی سیرت و اخلاق، رفتار و کردار، عادات و اطوار اور افعال و اعمال ہی میری ہر ساعتِ حیات کا سرمایا ہیں۔ اس بحرِ بیکراں میں بہتے ہوئے ایک طرف میرے تفکر و تخیل نے قطرۂ شبنم میں پوشیدہ اسرار دریافت کئے تو دوسری طرف میرے قلب و روح کو اس کی گہرائیوں میں موجود گوہرِ عشق نے رموزِ کائنات سے روشناس کرایا۔

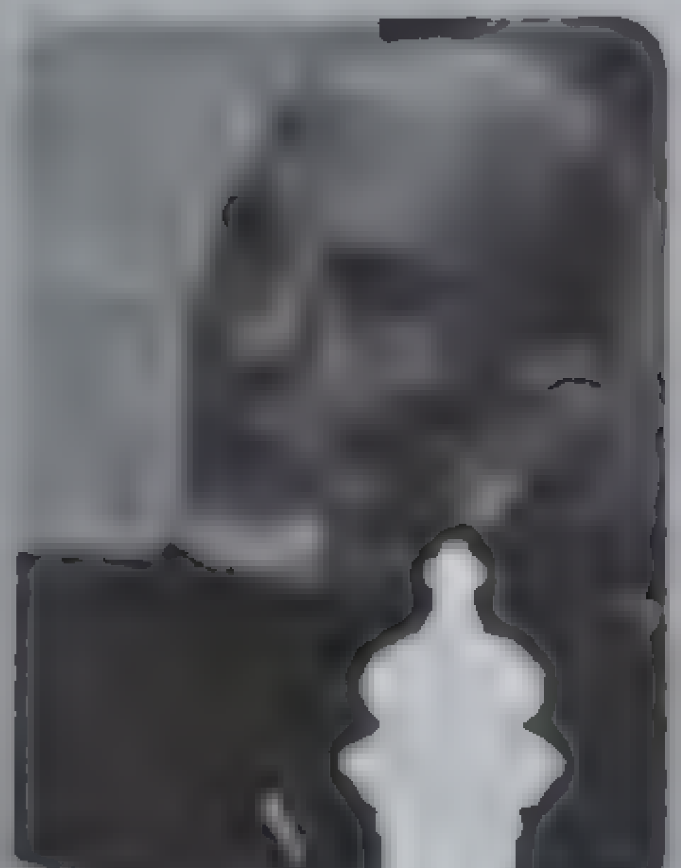
مجھے دین و دُنیا کی تعلیم دلوانے کے لئے اُنہوں نے کوئی دقیقہ فروگزاشت نہ کیا مگر ایک بات ملحوظ رہے کہ تعلیم انسان میں بیج نہیں بوتی بلکہ اُسکے بیجوں کو اُگنے کے قابل بناتی ہے۔ اُن کی دی ہوئی تعلیم نے مجھے کوہسارِ علم کی بلندیوں پر پہنچنے کا ہنر سکھایا جہاں سے میں نے وادیٔ کائنات کا نظارہ کیا، اُن کی تربیت نے مجھے بادلوں پہ کمند ڈالنے کا شعور عطا کیا جہاں پہنچ کر میں کوہسارِ علم کو زیرِ نگیں بنانے کے قابل ہوا، تب اُن کی شفقت و محبت نے میرے تخیل کو وہ جلا بخشی کہ اب صرف آنکھیں بند کر کے سوچتا ہوں اور بادلوں کی سیر کر لیتا ہوں۔

اُن کی علمیت نے میرا نامعلوم سے معلوم تک کا سفر بآسانی طے کرایا اور اُن کی شخصیت نے میرے معلوم سے نامعلوم کی طرف سفرِ حیات کو چراغِ راہ عطا کیا۔ اُن سے میرا والہانہ عشق محبتِ پسری سے کہیں زیادہ ہے جسے الفاظ و بیان میں اسیر کرنا ایک سعیِ لاحاصل ثابت ہوگی۔









رحلت

سید صبیح الدین رحمانی

"نعت رنگ" ۲۱ اور ۲۲ کے درمیان اشاعتی وقفہ کچھ زیادہ ہی طویل ہوگیا اور اس عرصے میں نعت کے منظرنامے سے کئی اہم اور عہد آفریں شخصیات اُٹھ کر موت کی تاریکی میں گم ہوگئیں۔ انا للّٰہ و انا الیہ راجعون۔ ان احباب کی یاد میں تو دل کا زخم ہی رہے گی لیکن جب نظر ان کے کارہائے نمایاں پر پڑتی ہے تو کچھ حوصلہ ہوتا ہے کہ ان کے کام کی روشنی ہمیشہ باقی رہے گی اور ہمارے لیے رہنما بھی:

دے گئے اقبال ہم کو زندگی
زندۂ جاوید کچھ مرحوم لوگ

پروفیسر شفقت رضوی (مرحوم)

اردو کے ممتاز محقق، نقاد، افسانہ نگار اور نہایت اہم نعت شناس پروفیسر شفقت رضوی ۲۸ دسمبر ۲۰۰۹ء کو کراچی میں انتقال کر گئے۔ ان کا بنیادی شعبہ تدریس تھا لیکن انھوں نے شروع سے اپنی تدریسی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ اپنی

کے حوالے سے کتب فراہم کرتا رہا اور پھر اللہ کی رحمت سے وہ نعت شناسی کی طرف متوجہ ہوئے اور تواتر سے اس موضوع پر لکھنے لگے۔ وہ نہایت غیر جانب دار اور جارح مبصر و نقاد کے طور پر سامنے آئے جس کے لیے شعبۂ نعت کے اکثر احباب ذہنی طور پر تیار نہ تھے، کیوں کہ یہاں تو دل جوئی کا موسم صدیوں سے ڈیرے ڈالے ہوئے تھا سو میں نے اور شفقت رضوی نے کئی دیرینہ دوست کھو دیے انھوں نے "نعت رنگ" کے لیے بہت لکھا طویل جائزے، مضامین، تبصرے، دریافت کے ... اہم اور نادر نعتیہ شہ پاروں کی تلاش [illegible]

اہم اور حوالہ جاتی کتاب قرار پائی۔ آخر میں شفقت رضوی نے پندرہ شماروں کا اشاریہ بھی شامل کتاب کیا جس سے کتاب مزید وقیع اور مصنف زیادہ معتبر ہو کر سامنے آئے۔ کچھ عرصے بعد انھیں اپنے بچوں کے ساتھ امریکا منتقل ہونا پڑا۔ اس تبدیلی کے لیے نہ وہ قلبی طور پر آمادہ تھے نہ ذہنی طور پر۔ امریکا سے اکثر ان کے خطوط موصول ہوتے رہے جس سے معلوم ہوتا تھا کہ وہ وہاں خوش نہیں ہیں۔ زندگی بھر کام کی دھن اور لگن میں وہ قرطاس وقلم سے ایسے وابستہ ہو چکے تھے کہ اب اس سے وقتی جدائی بھی انھیں ناآسودہ کر دیتی تھی۔ میں اکثر انھیں یہاں سے کتب ارسال کرتا جس پر اپنی رائے کا اظہار وہ اپنے خطوط میں کرتے تھے۔ گویا یہ علمی تحفے انھیں وہاں تر و تازہ رکھنے کا کام سرانجام دیتے تھے لیکن وہ وہاں بھی خاموش نہیں بیٹھے بلکہ انھوں نے اپنی یادداشتیں مرتب کرنا شروع کر دیں اور اس کے کچھ حصے انھوں نے ڈاکٹر ابو سلمان شاہ جہاں پوری صاحب کو ارسال بھی کیے اور "نعت رنگ" کے لیے بھی کچھ نہ کچھ لکھتے رہے۔ برکت اللہ بھوپالی اور حسرت کی صحافیانہ زندگی پر بھی انھوں نے کتابیں وہیں مرتب کیں پھر اچانک ان کی طبیعت کی خرابی اور وطن واپسی کی خبر آئی۔ ڈیفنس میں اپنے ایک دوست پروفیسر انیس زیدی کے گھر ٹھہرے ہوئے تھے۔ معلوم ہوا کہ وطن کی محبت انھیں واپس کھینچ لائی ہے اور یہاں رہ کر مزید کام کرنے کے آرزومند ہیں۔ مجھ سے کہا کہ کوئی موضوع دو، میں حج پر جانے والا تھا میں نے انھیں کافی مرادآبادی کی کتب کی عکسی نقول دی اور کہا اس پر کام کریں۔ بخوشی راضی ہو گئے کوئی بیالیس دن بعد میں واپس لوٹا تو معلوم ہوا کہ طبیعت بہت خراب ہے اور آئی سی یو (ICU) میں ہیں۔ ہسپتال گیا مگر ملاقات نہ ہو سکی گھر چلا آیا، اسی رات یہ اطلاع آ گئی کہ ان کا انتقال ہو گیا ہے۔ اپنے کسی خط میں انھوں نے مجھے ایک شعر لکھا تھا جو آج ان کے نصب العین کے طور پر ذہن میں تازہ ہو رہا ہے:

کچھ ایسے کام کر لو جو تم کو زندہ رکھیں
صدیاں کشید کر لو لمحوں کی زندگی سے

شفقت رضوی اپنے اس نصب العین میں کامیاب رہے اس کا گواہ صرف میں ہی نہیں ہماری پوری ادبی دنیا ہے۔

مظفروارثی (مرحوم)

مظفروارثی افقِ نعت پر اپنے والہانہ پن، اپنی مترنم بحور اور خوب صورت اور تازہ کار شعری اسلوب کی وجہ سے ایک جداگانہ شناخت رکھتے تھے۔ ایک تخلیق کار کی حیثیت سے انھوں نے اپنے شعری وجود کو منوانے کے لیے غزلیں کہیں، فلمی گیت لکھے، قطعات کہے ہر وہ کوشش و کاوش جو ایک شاعر وادیٔ حرف ولفظ میں زندہ نقش قائم کرنے کی تمنا میں کرتا ہے مظفروارثی نے بھی کیں، لیکن قدرت ان کے اس سارے شعری سفر کو راستہ بنا کر منزل ذکرِ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کو قرار دیا اور یہیں سے مظفروارثی کی خوش بختی نمایاں ہوتی چلی گئی۔ انھیں مدحتِ مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہٖ وسلم کے لیے چن لیا گیا تھا اور اس کے اشارے انھیں خواص و عوام کے انداز پزیرائی سے ملنا شروع ہوئے تھے۔ وہ بہت جلد ہی اس شعور کو پا گئے کہ نعت ہی ان کے قلم کی آبرو ہے۔ ۱۹۷۲ء میں مظفروارثی نے خود کو نعت کے لیے وقف کر دیا اور قدرت نے عزت، شہرت، نیک نامی اور مقبولیت کی نعمتوں سے ان کا دامن مالا مال کر دیا۔

غزل میں بھی مظفروارثی حق بات کہتے تھے
مگر پھر بھی ہماری نعت غزلوں کی تلافی ہے

اس خلوص اور یقین نے ان کے اندازِ ثناگوئی کو مزید نکھار عطا کیا اور انھوں نے بابِ حرم نورازل، الحمد، کعبۂ عشق، دل سے درِ نبی تک، میرے اچھے رسول، صاحب التاج اور اُمی لقبی کے نام سے اپنے کئی شعری نذرانے کتابی صورت میں پیش کر کے اپنی عقیدتوں کو نمایاں کیا۔ ان کی نعت گوئی نعتیہ ادب میں بیان کی تازگی، عشق کی سرشاری اور والہانہ پن کے باب میں ہمیشہ حوالہ بنی رہے گی۔ ان کی آواز کی مٹھاس اور مخصوص و دل نشیں ترنم ان کی نعت کے وسیع تر ابلاغ میں معاونت کے ساتھ ساتھ مقبولیت میں اضافے کا باعث بنا اور ان کی آواز میں ان کی نعتیہ نظمیں اور نعتیں اس قدر مقبول ہوئیں کہ حکومتی ایوانوں سے لے کر اسکولوں اور کالجوں تک ان کی گونج سنائی دیتی تھی خواص اور عوام میں مقبولیت اور پزیرائی کی کوئی ایسی دوسری مثال ہمارے سامنے نہیں۔

"نعت رنگ" سے انھیں خاص محبت تھی اور اس کا اظہار انھوں نے کئی جگہ تحریری طور پر بھی کیا اور اکثر خطوط میں اپنی محبتوں، مشوروں اور رہنمائیوں سے نوازتے رہے۔ جب میں بطور پروڈیوسر کیو ٹی وی (Qtv) میں آیا تو میں نے عصرِ حاضر کے بارہ مقبول نعت گو شعرا پر پروگرام ریکارڈ کرنے کا ارادہ کیا، اسی سلسلے کا ایک پروگرام مظفروارثی صاحب کے ساتھ بھی ریکارڈ ہوا۔ مجھے یاد ہے کہ آپ باوجود علالت کے اس پروگرام میں تشریف لائے اور آخر تک موجود رہے۔ یاد کرتا ہوں تو اس محفل کا تقدس اور روحانیت آج بھی قلب پر سکینت بن کر برسنے لگتے ہیں۔ ساری محفل میں سرشاری کی ایک فضا قائم تھی۔ مظفروارثی صاحب نعت خوانوں سے اپنی نعتیں سن کر خود بھی اشکبار ہوتے رہے اور حاضرین و سامعین کو بھی رُلاتے رہے۔ پروگرام کے اختتام پر جب میں ان سے ملا تو وہ دیر تک میرا ہاتھ اپنے ہاتھوں میں تھام کر میری طرف دیکھتے رہے۔ گویائی سلب ہو چکی تھی لیکن آنکھوں کی نمی اور چہرے کا اطمینان مجھ سے مخاطب تھے۔

لکھی ہے ہر ورق پہ محمد کی داستاں
پڑھتا رہے گا وقت جسے وہ کتاب ہوں

میری آنکھیں بھی بھیگ گیں۔ پھر ۲۸ر جنوری ۲۰۱۱ء کو اسلام آباد میں خبر ملی کہ باغ رسالت کا یہ خوش نوا عندلیب اس یقین کے ساتھ ہمیشہ کے لیے خاموش ہو گیا ہے۔

مجھ کو نہ کر سکے گی جدا ان سے موت بھی
دریائے کائنات ہیں وہ میں حباب ہوں

پروفیسر جعفر بلوچ (مرحوم)

دوستو جشنِ تعیش میں نہ لے جاؤ مجھے
مجھ کو فقرِ شہِ والا سے حیا آتی ہے

وادیٔ نعت میں اس طہارت فکر ونظر اور نازک خیالی کے ساتھ داخل ہونے اردو کے ممتاز اور پختہ کار نعت گو جعفر بلوچ ۲۷ر اگست ۲۰۰۸ء کو اس جہانِ فانی سے کوچ کر گئے۔ بیعت ان کا نعتیہ مجموعہ ہے۔ جسے جدید اردو نعت کے نمائندہ مجموعوں میں شامل کیا جاتا ہے۔ ان کی شاعری میں بے ساختگی، ردیفوں کی ندرت، قوافی کی جدت گہری اور معنی خیز رعایتیں اور تراکیب کی تازہ کاری انھیں ایک صاحبِ اسلوب شاعر کی حیثیت سے نعتیہ منظرنامے پر نمایاں کرتی ہیں۔ جعفر بلوچ بطور نعت شناس بھی خاصے فعال رہے، اس حوالے سے ان کے اکثر مضامین "شام و سحر" کے نعت نمبروں سیارہ کی مختلف اشاعتوں اور "نعت رنگ" کے صفحات پر آپ ملاحظہ کر سکتے ہیں۔ "نعت رنگ" سے بھی ان کا گہرا تعلق رہا۔ انھوں نے "نعت رنگ" میں اور "نعت رنگ" پر بہت کچھ لکھ کر ہمیشہ اپنی محبتوں سے نوازا۔ آج بھی ان لمحات کو یاد کر کے آنکھیں بھر آتی ہیں جب ڈاکٹر حسین فراقی، پروفیسر حفیظ تائب، پروفیسر جعفر بلوچ اور میں، لاہور میں اکٹھے ہو کر کہیں کھانے پر جاتے اور گھنٹوں "نعت رنگ" اور نعت کے فروغ کے امکانات پر گفتگو رہتی۔ تب کھلتا کہ جعفر بلوچ کی تنقیدی نظر بھی اس موضوع کے مختلف پہلوؤں پر کتنی گہری ہے۔ نعت کا یہ عظیم خدمت گزار جاتے ہوئے کتنی خوب صورت تمنا کو زادِ راہ کے طور پر ساتھ لے گیا، اللہ اکبر!

بھرا ہو بھی سرورق نامہ اعمال
نعت آپ کی بجز کو ہم فتح مبیں ہو

ڈاکٹر عاصی کرنالی (مرحوم)

اس شہر میں ہاتھوں سے نکل جاتی ہیں صدیاں
اک لمحہ گزر جائے اگر بے خبری کا

مدینۃ الرسول کے ادب پر مبنی یہ نازک سا شعری احساس ہر بار حاضری کو ادب کی نئی لطافتوں سے ہم کنار کرتا ہے اور یوں عاصی کرنالی کے حضوری تجلّی آثار موسموں میں چپکے سے میرے ہمراہ ہو لیتے ہیں کسی نعت گو کے لیے یہ انعام کم نہیں کہ وہ اپنے شعر کے ساتھ سفر کرتا ہوا آقا کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی بارگاہ میں زائرین کے دل و دماغ میں موجود رہ کر حاضری دیتا رہے۔

عاصی کرنالی کو مرحوم لکھتے ہوئے دل کٹتا ہے، کتنے زندہ دل اور خوش مزاج آدمی تھے جو ایک بار ان سے مل لے ان کا ہو جاتا تھا۔ شوخی، ذہانت، جملے بازی، خوش اخلاقی اور دل جوئی جیسے اوصاف نے مل کر عاصی صاحب کو باغ و بہار شخصیت بنا دیا تھا۔ تنقید، تحقیق، افسانہ نگاری، خاکہ نگاری، سفرنامہ، غزلیں، مناقب، مراثی، انھوں نے جس طرف رُخ کیا اپنے جوہرِ تخلیق سے گلستاں آباد کیے مگر نعت ان کے مزاج میں ایسی رچ بس گئی تھی کہ ان کے سرمایہ تخلیق کا غالب حصہ ہمیں نعت ہی پر مشتمل نظر آتا ہے۔ "مدحت"، "نعتوں کے گلاب"، "حرف شیریں" اور "آوازِ دل" ان کی نعتوں کے مجموعے اور ان کی عقیدتوں کا شعری منظرنامہ ہیں۔ تقریباً ڈیڑھ سو سے زیادہ کتب نعت پر ان مقدمے، مضامین اور فلیپ موجود ہیں۔ معاصر رسائل و جرائد میں نعتیہ ادب پر ان کے مضامین گاہے گاہے شائع ہوتے رہے۔ "نعت رنگ" کے آغاز ہی سے وہ اس تحریک کا حصہ رہے اور قلمی سرپرستی کرتے رہے۔ ان کے کئی مضامین "نعت رنگ" میں بھی شائع ہوئے۔ شعبۂ تدریس سے وابستہ تھے، مگر نعت سے اخلاص دیکھیے کہ ملازمت سے ریٹائرمنٹ کے بعد "اردو حمد و نعت پر فارسی شعری روایت کا اثر" کے موضوع پر تحقیقی مقالہ لکھ کر پی ایچ ڈی کی ڈگری لی۔ یہ مقالہ "اقلیم نعت" نے ۲۰۰۱ء میں شائع کیا۔ ۲۰ جنوری ۲۰۱۱ء کو اپنی تخلیقی زرخیزی سے دینی شاعری سنوارنے اور نکھارنے والا یہ خوب صورت اور صاحب اسلوب شاعر اپنی نعت گوئی کو اپنی عاقبت کا توشہ بنا کر یقین کی اس روشنی کے ہمراہ قبر کی تاریکی میں جا سویا:

کفن میں رکھ لیا تھا ایک کاغذ نعت روشن کا
یہ کاغذ قبر کی ظلمت میں عاصی میرے کام آیا

عبدالعزیز خالد (مرحوم)

عبدالعزیز خالد بھی ۲۸ جنوری ۲۰۱۰ء کو ہم سے جدا ہو گئے وہ اردو کے منفرد شاعر تھے۔ کئی زبانوں سے واقفیت اور کئی تہذیبوں کے گہرے تاریخی اور سماجی مطالعے نے ان کے شعری اسلوب کو ایک ایسا منفرد رنگ و آہنگ عطا کیا تھا جس کی مثال ہمیں اردو کے شعری سرمائے میں اس سے پہلے نظر نہیں آتی۔ انھوں نے عوامی مقبولیت اور حصول شہرت کے لیے کسی خارجی معیار کی پروا نہیں کی وہ موضوع بھی اپنی مرضی کا تلاش کرتے تھے اور اظہار خیال کا اسلوب اور لہجہ بھی اپنا ہی رکھتے تھے۔ نعت گوئی کے حوالے سے بھی عبدالعزیز خالد کا کام خاصا وقیع ہے۔ انھیں اس موضوع سے خصوصی لگاؤ تھا۔ ان کے نعتیہ شعری مجموعے فارقلیط، ماذ ماذ، منحمنا، حمطایا اور عبدہ اردو نعت کے کینوس کو وسیع تر کرنے کی کامیاب کاوشیں ہیں۔ عبدہ میں انتساب کے نام سے شامل ایک طویل نظم میں سے چند مصرعے ملاحظہ فرمائیں۔

میں نے لکھا ہے مجو اس کتاب نعت کو
اہل دل اہل نظر اہل محبت کے لیے
اہل دانش اہل ورد اہل درایت کے لیے
اہل نور اہل شعور اہل شہادت کے لیے
اہل حق اہل یقیں اہل امانت کے لیے
سرفروشان وقار آدمیت کے لیے
عاشقان حسن و احسان و صداقت کے لیے
داعیان دعوت احیائے اُمت کے لیے
وارثان ورثہ توحید و طاعت کے لیے
کشتگان نام و ناموس رسالت کے لیے
ہے یہی فرد عمل مری قیامت کے لیے
پیش کرتا ہوں جسے مہر نبوت کے لیے
ازرہ تصدیق تم بھی دستخط اس پر کرو

آیئے ہم سب اردو کے اس منفرد نعت کے لیے دعائے مغفرت کرتے ہوئے ان کی اس خواہش کو پورا کریں۔

شبنم رومانی (مرحوم)

کریں زیارت سرکار کی دعائیں ہم
مگر وہ ہاتھ وہ آنکھیں کہاں سے لائیں ہم
بس اک لباس ہمارا لباس عشق رسول
رتوں کے ساتھ بدلتے نہیں قبائیں ہم
بس ایک راہ ہماری، صراط مصطفوی
کبھی بھٹک کے نہ جائیں گے دائیں بائیں ہم

جب بھی شبنم بھائی یاد آتے ہیں ان چند شعروں کی گنگناہٹ مجھے اپنی روح میں محسوس ہوتی ہے۔ شبنم رومانی جتنے خوب صورت اور نازک احساسات کے شاعر تھے اتنی ہی خوب صورتی اور نفاست ان کی شخصیت اور کردار میں تھی نوجوان شعرا کی حوصلہ افزائی اور رہنمائی انھوں نے خود پر فرض کر لی تھی اور یہ فرض وہ اپنے ادبی رسالے "اقدار" سے آخری عمر تک ادا کرتے رہے۔ تمام عمر رومانی غزلیں لکھیں لیکن پیر فاروق رحمانی مدظلہ کی صحبت اور قربت نے انھیں نعت کی طرف بالالتزام متوجہ کیا۔ نعت وہ پہلے بھی کہتے تھے مگر روحانی سلسلے میں بیعت ہونے کے بعد ان کی نعت فکری سطح پر مزید گہری اور فنی سطح پر اور زیادہ روشن ہوگئی تھی۔ انھوں نے غزلیہ انداز میں بھی [illegible] صورت [illegible] نعتیں لکھیں مگر ان کی نعتیہ نظموں نے مجھے ہمیشہ [illegible] ۱۹۹۵ء میں [illegible] ہوں [illegible] ساتھ حج کی سعادت ملی اور مکہ مکرمہ میں ایک خصوصی [illegible] تھے انھوں نے بحیثیت صدر مشاعرہ کلام پیش کرنے سے پہلے ایک بار پھر مجھے پڑھنے کا حکم دیا اور دیر تک مجھ سے نعتیں پڑھواتے رہے۔ در حقیقت یہ ان کا چھوٹوں سے پیار اور ذکرِ نبی کریم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے ایک تعلق کا اظہار تھا۔ وہ بعد میں بھی کئی مقامات پر اس محبت کا اظہار کرتے رہے۔ اکثر مجھ سے اپنے نعتیہ مجموعے کی اشاعت پر بات کرتے جس کا نام انھوں نے "عطر خیال" سوچا ہوا تھا۔ میں نے ان کی نعتوں کا ایک گوشہ "نعت رنگ" شمارہ ۲ میں شائع کیا گیا تھا جسے بہت پسند کیا گیا خدا کرے ان کے متعلقین کے نعتیہ سرمائے کو جلد شائع کروانے کی سعی فرمائیں۔ ۱۷ فروری ۲۰۰۹ء کو شبنم بھائی ہم سے جدا ہوئے خدا کرے انھیں ان کے مرشد کی یہ بشارت منزل نجات تک پہنچا دے۔ آمین

کہا یہ مجھ سے مرے مرشد گرامی
کہ جا! یہ نعت ہی پروانہ نجات ہوئی

راغب مرادآبادی (مرحوم)

راغب مرادآبادی کا شمار عصر حاضر کے قادرالکلام شعرا میں ہوتا تھا۔ مختلف اصناف شاعری میں ان کا بہت سا کام سامنے آتا رہا مگر ان رباعی گوئی اور عروض دانی کا ایک زمانہ معترف تھا، نعت ان کا محبوب موضوع رہی۔ سو نعتیہ اشعار (۱۹۷۸ء) مدحت خیرالبشر (۱۹۷۹ء) غالب کی زمینوں میں نعتیں) مدحِ رسول (۱۹۸۳ء، صنعت غیرمنقوط میں نعتیں اور رباعیاں)

بحضور خاتم الانبیاء (۱۹۸۶ء) بدر الدجیٰ (۱۹۹۱ء) ایک انتخاب نعت "محمد" (۱۹۹۳ء) جس میں ۱۶۷ شعرا کی نعتیں شامل ہیں اور جادۂ رحمت (۱۹۹۳ء منظوم سفرنامہ حرمین۔ رباعیات) آپ کی وہ کتب ہیں جو نعتیہ ادب کے فروغ میں آپ کی خدمات کی یادگار کے طور پر ہمیشہ روشن رہیں گی۔ ۱۹ر جنوری ۲۰۱۱ء کو ہم سے جدا ہونے والے راغب مرادآبادی کا یہ شعر انھیں ہم سے کبھی جدا نہیں ہونے دے گا:

میں کہ اے راغب انھی کا ہوں غلام کمتریں
ان کے قدموں سے لپٹ جاؤں تو ٹھکرائیں گے کیا

خواجہ شوق (مرحوم)

عظمت آقا کا قد ہے کتنا اونچا دیکھنا
عمر بھر دیکھا کیے پھر بھی نہ آیا دیکھنا

یہ خوب صورت شعر حیدرآباد دکن بھارت کے معروف نعت گو شاعر خواجہ شوق کا ہے جو حیدرآباد دکن کے اساتذہ فن میں شمار کیے جاتے تھے۔ شاعری کی فنی، ادبی اور تہذیبی اقدار پر ان کی گہری نظر تھی ان کی غزلوں کا مجموعہ چشم نگراں (۱۹۸۴ء) میں شائع ہوا لیکن جلد ہی وہ نعت نگاری کی طرف مائل ہو گئے وہ اسی کو اپنا فن اور زندگی بنالیا۔ ۱۹۹۵ء میں ان کا پہلا مجموعہ نعت "صل علیٰ" شائع ہوا جب کہ دوسرا مجموعہ "صلوا تسلیما" ۲۰۰۸ء میں زیور طبع سے آراستہ ہوا۔ ۱۵ر مارچ ۲۰۱۱ء کو یہ نہایت اہم نعت گو اہل محبت کو شعور کی یہ روشنی تقسیم کرتا ہوا۔ دنیا سے رخصت ہوا:

روح میں ان کی محبت کا اُجالا بھر لو
ایک دن جسم کو مٹی میں فنا ہونا ہے

نور احمد میرٹھی (مرحوم)

نور احمد میرٹھی کو علم و ادب سے گہرا شغف تھا، وہ میدان تحقیق و تالیف کے ان تھک مسافر تھے ان کی ترتیب و تالیفات پہنچی کئی کتب منظر عام پر آچکی ہیں لیکن نعتیہ ادب پر تذکرہ نگاری کے حوالے سے ان کے کام کو تاریخ ادب کبھی فراموش نہ کر سکے گی۔ انھوں نے پہلے "نور سخن" کے نام سے غیر مسلم شعرا کے نعتیہ کلام کا ایک انتخاب ۱۹۸۸ء میں پیش کیا پھر تذکرہ نگاری کی جانب متوجہ ہوئے اور "بہر زماں بہر زباں" کے نام سے غیر مسلم نعت گو شعرا کا ایک عالمی تذکرہ مرتب کیا جو پہلی بار ۱۹۹۶ء میں شائع ہوا جب کہ اس کا دوسرا ایڈیشن مزید اضافوں کے ساتھ ۲۰۰۶ء میں سامنے آیا جو ایک ہزار آٹھ (۱۰۰۸) صفحات پر مشتمل ہے۔ علاوہ ازیں "گلبانگ وحدت" (غیر مسلموں کی حمدیہ شاعری کا تذکرہ اور انتخاب) ۲۰۰۷ء میں اور "بوستان عقیدت" (غیر مسلم شعرا کا رثائی کلام و تذکرہ) ۲۰۰۷ء میں زیور طبع سے آراستہ ہوئیں۔ اس طرح دینی شاعری کے حوالے سے تذکرہ نگاری نور احمد میرٹھی کا ایسا اختصاص بن جاتی ہے جس کی کوئی اور مثال ہمارے سامنے نہیں ہے۔ نور میرٹھی نے متعدد نعتیہ کتب کی اشاعت میں معاونت کے ساتھ ساتھ کئی مجموعہ ہائے نعت پر دیباچے اور فلیپ بھی لکھے جس سے آپ کی تنقیدی بصیرت بھی نمایاں ہوئی، بلاشبہ نور احمد میرٹھی نے جو کام کیا وہ اداروں کا تھا مگر وہ کام آپ نے تن تنہا سرانجام دیا نعتیہ ادب کے فروغ میں نور احمد میرٹھی کے نام اور کام کو ہمیشہ یاد رکھا جائے گا۔ انور مسعود کا شعر یاد آتا ہے:

انور مرے دیوان میں ہے نعت پیمبر
کیا توشۂ عقبیٰ ہے مرے رخت سفر میں

نور احمد میرٹھی بھی اسی توشۂ آخرت کو لے کر ۱۸ر جون ۲۰۱۱ء کو اس سفر پر روانہ ہوئے جو ہم سب کا نصیب ہے۔

ڈاکٹر جمیل عظیم آبادی (مرحوم)

مدح نبی میں شعر کا کہنا آسان بھی دشوار بھی ہے
جوش عقیدت بھی غالب ہے حد ادب دیوار بھی ہے

ڈاکٹر جمیل عظیم آبادی کا یہ خوب صورت شعر نہ صرف ان کی دلی کیفیت کا آئینہ نہیں بلکہ ہر عہد کے نعت نگاروں کا اعتراف ہے لیکن یہ اعتراف ڈاکٹر صاحب کے ہاں جس خوب صورتی، سادگی اور بے ساختگی کے ساتھ سامنے آیا ہے اس پر داد دینی ہی پڑتی ہے۔ ڈاکٹر صاحب کی متعدد شعری کتب شائع ہوئیں جن میں "وحدت و مدحت"، "المدثر" اور "الرحمٰن" حمد و نعت کے مجموعے ہیں۔ نعت گوئی سے ڈاکٹر صاحب کو دلی لگاؤ تھا، اسی لیے وہ نہ صرف خود حمد و نعت کی روشن فضاؤں میں رہتے تھے بلکہ انھوں نے اپنے دوستوں اور متعلقین کے لیے بھی ایک ایسا سلسلہ شروع کیا تھا جس کی وجہ سے ان نورانی فضاؤں کا دائرہ دن بہ دن وسیع ہوتا رہا۔ "مجلس احباب ملت" کے نام سے ڈاکٹر صاحب نے اور ان کے احباب نے ایک بزم قائم کی جو گزشتہ تقریباً ۲۵ سالوں سے سالانہ نعتیہ مشاعروں کا اہتمام کرتی ہے اور ان مشاعروں میں پڑھے جانے والے کلاموں کو ایک گلدستہ کی شکل میں جمع کر کے "انوار حرم" کے نام سے شائع کر دیا جاتا تھا۔ "انوار حرم" کے ۱۹ شمارے نعت ریسرچ سینٹر میں محفوظ ہیں جس میں کراچی کے نامور شعرا کے بے شمار نعتیہ کلام جمع ہیں اس طرح ڈاکٹر صاحب نے نہ صرف خود اپنی نعت گوئی کے ذریعے فروغ نعت میں حصہ ڈالا بلکہ مجلس احباب ملت کے نعتیہ مشاعروں کا انعقاد کر کے ہزاروں شعرا کی عقیدتوں کو محفوظ کرنے کا سامان بھی کیا۔ ۹ر مئی ۲۰۱۱ء کو ڈاکٹر صاحب کا انتقال ہوا۔

شکر ہے کہ نعت گو میں نام اپنا ہے جمیل
مغفرت کا آخرت میں قیمتی سامان ہے

سجاد سخن (مرحوم)

سجاد سخن ایک طویل عرصے تک اپنی نظموں اور غزلوں کی دل آویزی اور قادرالکلامی کے حوالے سے جانے جاتے تھے۔ میں نے اپنے شعری سفر کے آغاز میں جن مشاعروں میں سجاد سخن کے ساتھ پڑھا، اساتذہ کو بھی ان کا احترام کرتے دیکھا لیکن اس احترام کے باوجود سجاد سخن کی درویشانہ طبیعت میں کوئی تبدیلی نہیں آئی، انھیں کبھی مشاعروں میں تقدیم و تاخیر کے معاملے میں الجھتے نہیں دیکھا گیا۔ ان کا نام جہاں پکارا جاتا، پڑھتے اور ان کے پڑھنے سے احساس ہوتا کہ کوئی ہے جس کے پاس کہنے کو بھی بہت کچھ ہے اور بیان کا سلیقہ بھی، سو وہ مشاعرے میں اپنے حصے کی داد سمیٹتے رہے۔ ادھر چند برسوں پہلے دبستان وارثیہ کے نعتیہ مشاعروں اور اختر لکھنوی و قمر وارثی کی صحبت نے ان کے اندر ایک بڑی تبدیلی پیدا کی۔ رومانوی نظمیں لکھنے والا شاعر دربار رسالت مآب ﷺ میں اپنے اشعار کے ذریعے حاضری کی لذت سے آشنا ہونے لگا اور یہ حاضری حضوری میں بدلنے لگی:

ایسا لگتا ہے ہر اک نذرانہ مدحت کے بعد
مجھ پہ طیبہ کی مسافت کے دریچے کھل گئے
اے سخن فیض درود و مدحت سرکار سے
مجھ پہ خود میری حقیقت کے دریچے کھل گئے

اور ان دریچوں سے آنے والی روشنی نے سجاد سخن کو جادۂ رحمت کا مسافر بنا دیا۔ "رنگ روشنی خوشبو" (۱۹۹۵ء)، "ربّ العالمین" (۲۰۰۱ء) اور "حاضر و حضوری" (۲۰۰۸ء) ان کے حمدیہ و نعتیہ شاعری کے مجموعے ہیں جو ایک کے بعد ایک سامنے آتے گئے اور وہ جادۂ رحمت پر سفر کرتے ہوئے یقین کی اس منزل تک آپہنچے:

مشتمل ہے ذکر آقا پر کتاب زندگی
وقت نے کتنا بدل ڈالا نصاب زندگی

۱۷ر جون ۲۰۱۱ء کو اچانک سجاد سخن کے انتقال کی خبر ملی۔ معلوم ہوا کہ ان کا کوئی تازہ حمدیہ مجموعہ بھی اشاعت کے لیے تیار ہے جسے وہ مکمل کر چکے تھے۔ سجاد سخن کے جانے کا ملال تو زندگی بھر رہے گا مگر خوشی اس بات کی ہے کہ وہ اپنا توشۂ آخرت تیار کر چکے تھے۔

مدحت سرکار کا زاد سفر رکھتا ہوں ساتھ
جانے کب پرواز کر جائے عقاب زندگی

باقی بقیہ نمبر2

معروف نعت گو مدثر سرور چاند کے دولت کدے پر جلسۂ میلاد النبیؐ

معروف نعت گو مدثر سرور چاند کے دولتِ کدے واقع PIA جوہر ٹاؤن، لاہور میں 19 فروری 2011ء کو ایک عظیم الشان محفلِ نعت و جلسۂ میلاد النبیؐ کا انعقاد ہوا۔ محفل کا آغاز جناب شوکت علی نے اپنے خوش نما اندازِ نقابت سے کیا، جس کے بعد باقاعدہ آغاز تلاوت قرآن مجید سے ہوا، جس کے بعد حافظ طاہر عباس قادری نے حمدِ باری تعالیٰ اور نعتِ رسولِ مقبولؐ پیش کرنے کی سعادت حاصل کی۔ بعد از حمد و نعت حضرت علامہ مفتی نعیم قادری صاحب نے اپنے روح پرور بیان سے حاضرین کے دلوں کو گرمایا اور میلاد النبیؐ اور حضور اکرمؐ کے اسوۂ حسنہ پر سیر حاصل گفتگو کی، بعد ازاں محفل کی نظامت کے فرائض خرم شہزاد نے انجام دیئے جبکہ حافظ بلال قادری، فیصل قادری، صغیر قادری، عابد رؤف قادری اور کراچی سے تشریف لائے ہوئے معروف نعت خواں ذوالفقار علی حسینی اور محمد زکریا شیخ الاشرفی نے بحضور سرورِ کائنات گلہائے عقیدت پیش کرنے کی سعادت حاصل کی۔ محفل میں ثناء خوانوں نے خصوصیت کے ساتھ صاحب خانہ کے کلام بھی بہت اہتمام کے ساتھ پیش کیے جسے حاضرین نے بہت پسند کیا۔ محفل کا اختتام درود و سلام اور دعا پر ہوا۔

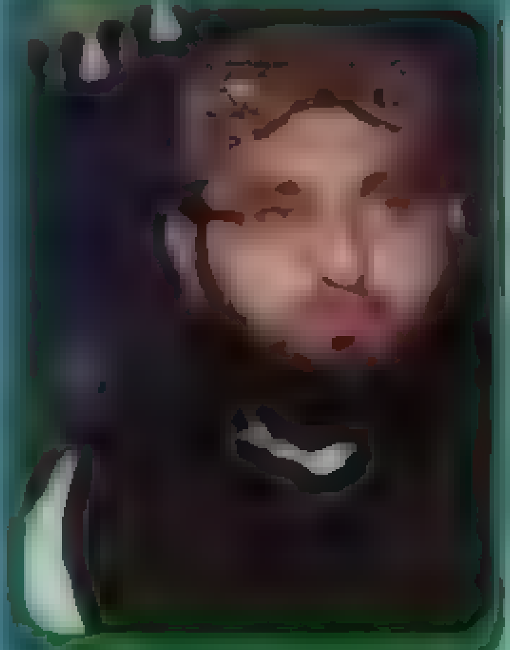
اللہ اور اُس کے رسول ﷺ کا ذکر قلب منور کرتا ہے، ڈاکٹر سلمان فریدی

ذکر کی محفل سجانے والے اللہ کے نیک بندوں میں شمار ہوتے ہیں، لیاقت نیشنل اسپتال و میڈیکل کالج میں تقریب سے خطاب

لیاقت نیشنل ہسپتال و میڈیکل کالج کے ڈائریکٹر ڈاکٹر سلمان فریدی نے کہا کہ اللہ اور اُس کے رسول ﷺ کا ذکر ذہن و قلب کو منور کرتا ہے ذکر کی محفل سجانے والے اللہ کے نیک بندوں میں شمار ہوتے ہیں۔ محفل نعت کے پرنور محفل کے انعقاد پر کالج انتظامیہ اور تمام فیکلٹی ممبران، طلباء و طالبات کو خراج تحسین پیش کیا ان خیالات کا اظہار انہوں نے لیٹریری اینڈ ڈیبٹنگ سوسائٹی لیاقت نیشنل میڈیکل کالج کے زیر اہتمام منعقدہ محفل نعت کی تقریب سے خطاب کرتے ہوئے کیا۔ اس موقع پر لیاقت نیشنل کالج کے پرنسپل و ڈین پروفیسر امیر علی شورو نے بھی خطاب کیا۔ محفل نعت کے مہمان خصوصی ملک کے ممتاز و معروف شاعر و نعت خواں صبیح الدین صبیح رحمانی تھے پرنور محفل میں ممتاز نعت خواں ذوالفقار علی حسینی، محترمہ ثناء علی محترمہ شازیہ شارق کے علاوہ لیاقت نیشنل میڈیکل کالج، اسکول اینڈ کالج آف فزیوتھراپی، اسکول اینڈ کالج آف نرسنگ، ڈائگوسٹک اینڈ لیبارٹری سائنسز کے طلباء و طالبات نے اللہ رب العزت کی حمد و ثناء اور آقائے دو جہاں حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کے حضور عقیدت کے پھول نچھاور کیے جبکہ نظامت کے فرائض ممتاز کمپیئر رضوان صدیقی نے انجام دیے محفل کے اختتام پر پروفیسر فضل احمد نے خصوصی دعا کرائی۔ محفل نعت میں فیکلٹی آف ہیلتھ سائنسز لیاقت نیشنل میڈیکل کالج و ہسپتال کے سینئر ممبران، پروفیسرز لیکچرار، طلباء و طالبات، لیاقت نیشنل اسکول اینڈ فزیوتھراپی، کالج آف نرسنگ، اسکول آف ڈائگوسٹک اینڈ لیبارٹری سائنس کے طلباء و طالبات، ڈاکٹرز نرسز اور ہسپتال کے دیگر عملے نے بڑی تعداد میں شرکت کی۔

HBL
بچت کا حساب
= 1,000 روپے
HBL DebitCard سے بچت ہے آسان۔ آپ VISA کی سہولت دینے والی کسی بھی دکان سے خریداری کریں
اور اپنی پہلی تین ٹرانزیکشنز پر پیسوں کی بچت پائیں۔
= 875 روپے
HBL
VISA
+
11 اپریل 2011 سے 11 مئی 2011 تک آپ کو اپنی پہلی ٹرانزیکشن پر 50 روپے کی بچت، دوسری ٹرانزیکشن
پر 75 روپے اور آپ کی تیسری ٹرانزیکشن پر 125 روپے کی بچت ملے گی۔ HBL DebitCard سے بچت کا
حساب ہے سادہ اور آسان۔
HBL DebitCard
111-111-425
www.hbl.com
• شرائط و ضوابط لاگو ہیں۔

پاکستان نیشنل آرگنائزیشن (کویت)
کے زیرِ اہتمام عظیم الشان محفل نعت



پاکستان نیشنل آرگنائزیشن (کویت) کے زیرِ اہتمام سالانہ محفل نعت کا انعقاد گذشتہ چھ سالوں سے کیا جا رہا ہے، جس میں اب تک پاکستان کے کئی معروف ثناء خوانِ رسول شرکت کر چکے ہیں، جن میں قاری وحید ظفر قاسمی، سید صبیح الدین رحمانی، سید فصیح الدین سہروردی، یوسف میمن، قاری شاہد قادری، حافظ طارق بشیر، نور سلطان، حافظ کریم سلطان، شہباز قمر فریدی و دیگر اور نقابت کے لئے صاحبزادہ تسلیم احمد صابری شامل ہیں۔ پاکستان نیشنل آرگنائزیشن کے زیرِ اہتمام سالانہ محفل نعت کا اہتمام 07 مئی 2011ء کو قصر حولی ہال کویت میں کیا گیا جس میں پاکستان سے معروف ثناء خوانوں الحاج یوسف میمن، شہباز قمر فریدی، حافظ نور سلطان اور صاحبزادہ تسلیم صابری نے شرکت کی۔ محفل کی ابتداء قاری صہیب قادری کی تلاوت سے ہوئی، جس کے بعد کویت سے تعلق رکھنے والے ثناء خواں حافظ عبدالوحید ربانی نے بارگاہِ رسالت ﷺ میں گلہائے عقیدت پیش کیا، بعد ازاں پاکستان سے تشریف لائے ہوئے مہمان ثناء خوانوں میں حافظ نور سلطان، شہباز قمر فریدی اور الحاج یوسف میمن نے ہدیۂ عقیدت پیش کیا، اس محفل کی نقابت کے فرائض صاحبزادہ تسلیم احمد صابری نے انجام دیئے، محفل کا اختتام درود و سلام اور صاحبزادہ تسلیم احمد صابری کی رقت آمیز دعا پر ہوا۔ پاکستان سے خصوصی طور پر جناب ملک اعجاز صاحب اور محمد نواز گوندل صاحب محفل میں شرکت کے لئے تشریف لائے تھے۔ محفل میں عوام الناس کی بڑی تعداد نے شرکت کی، اس محفل کے دعوت نامے عوام میں بغیر کسی ہدیہ کے تقسیم کئے گئے، اس پروگرام کو ARY/QTV کے لئے ریکارڈ کیا گیا جو کہ بعد ازاں ARY/QTV سے نشر بھی ہوا۔ پاکستان نیشنل آرگنائزیشن (کویت) کے صدر رانا منیر احمد اور سرپرست محمد ریاض الحق صاحب اور ان کے رفقاء کی کاوشوں کے سبب اس محفل کو کویت میں ہونے والی اوورسیز پاکستانیوں کی سب سے بڑی محفل ہونے کا اعزاز حاصل ہے۔ اس سلسلے میں پاکستان نیشنل آرگنائزیشن کے صدر رانا منیر احمد اور سرپرست محمد ریاض الحق صاحب یقیناً مبارکباد کے مستحق ہیں کہ انہوں نے دیارِ غیر میں بھی سرکار علیہ الصلوٰۃ والسلام کے ذکر کو بلند کرنے کا بیڑا اٹھا رکھا ہے۔

تصویری خبرنامہ

نیشنل پریس کلب اسلام آباد کے زیر اہتمام محفل نعت سے چیف انجمن خطاب فرما رہے ہیں

صابر داؤدی کی بھانجی کے دعوے کے موقع پر پیر سید معین الحق گیلانی ملک خلیل بھٹہ صاحب ودیگر کا گروپ فوٹو

صابر داؤدی کی بھانجی کی شادی کے موقع پر پیر سید حسام الحق گیلانی ثروت اعجاز قادری شاہد بیگ کا دلہا دلہن کے ساتھ گروپ فوٹو

کتابی سلسلہ مدحت کی قطر میں تقریب رونمائی کے موقع پر سرور حسین نقشبندی ودیگر کا گروپ فوٹو

طارق بن آزاد فاطمہ ثریا بجیہ سے ایوارڈ وصول کرتے ہوئے اس موقع پر محفوظ النبی بھی موجود ہیں

زکریا اشرفی عبدالصمد پردیسی کو نعت نیوز پیش کرتے ہوئے

راجا رشید محمود ڈاکٹر اسحاق قریشی صبیح رحمانی اور زکریا اشرفی کا لیا گیا گروپ فوٹو

مدینہ شریف میں منعقدہ محفل نعت سے حافظ نور سلطان رانا منیر احمد شاہد قادری ودیگر ہدیہ درود وسلام پیش کرتے ہوئے

حضرت داتا علی ہجویری کے مزار پر انوار پر مقصود احمد تبسم، صبیح رحمانی، سعید مغل، سرور بھٹی، شفیق صاحب و دیگر نعت خوانی کرتے ہوئے

خالد احسان صاحب کے زیر اہتمام محفل نعت میں قاری وحید ظفر قاسمی، ارشد حسین، زکریا شرفی، نعیم، مدد و دیگر کا گروپ فوٹو

صبیح رحمانی، ڈاکٹر طارق شریف زادہ اور نور محمد جلال کا دوران محفل نعت لیا گیا گروپ فوٹو

متحدہ قومی موومنٹ کے زیر اہتمام محفل نعت میں معروف ثناء خوان رسول ہدیہ عقیدت پیش کرتے ہوئے

مہر منیر فاؤنڈیشن کے زیر اہتمام شاہ محمود قریشی کے اعزاز میں دیئے گئے عشائیے کے موقع پر عباس کمیلی،
حاجی حنیف طیب، ثروت اعجاز قادری اور صابر داؤد موجود ہیں

یوم پاکستان کے موقع پر سوئی سدرن گیس کمپنی کے ہیڈ آفس میں پرچم کشائی کے موقع پر محمد علی گوہر دعا کرواتے ہوئے

حضرت داتا علی ہجویری رحمتہ اللہ علیہ کے مزار پر انوار پر کئے گئے بم دھماکے کے خلاف ملک خلیل، علامہ رمضان
سیالوی، عبدالروف روفی و دیگر پنجاب اسمبلی کے سامنے احتجاج کرتے ہوئے

صبیح رحمانی اور مقصود احمد تبسم کے اعزاز میں دیئے گئے ظہرانے کے موقع پر شفیق صاحب، سعید مغل، زکریا شرفی،
محمد ثاقب، اکبر تاج، سرور بھٹی و دیگر کا گروپ فوٹو

الصلوٰۃ والسلام علیک یا سیدی یا رسول اللہ

بہشت مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم

(مرقدِ غلامانِ مصطفیٰ صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم)

مدینہ فاؤنڈیشن کے زیرِ اہتمام مسلمانانِ عالم کے لئے ان کی آخری آرام گاہ (قبرستان) کا قیام عمل میں لایا گیا ہے۔

ایسے افراد جو اپنی عزیزوں کی آخری رسومات وتدفین کی حیثیت نہ رکھتے ہوں وہ مدینہ فاؤنڈیشن کے درج ذیل سہولیات سے فائدہ حاصل کرسکتے ہیں۔

- فری ایمبولینس سروس
- فری لحد وتدفین کی تمام سہولیات
- قبروں پر ٹیگنگ اوران کا سسٹامیٹک ریکارڈ

ہمارا مقصد عوام الناس کو بہترین سہولیات کے ساتھ خدمات فراہم کرنا ہے اور اس مقصد کے لئے تجربہ کار اسٹاف ہر وقت عوام کی خدمت کے لئے موجود ہے

مدینہ فاؤنڈیشن

پلاٹ A-28/1-2، ویسٹرن انڈسٹریل زون، پورٹ قاسم اتھارٹی، کراچی

فون: 0092-21-34750661-65 123456789,123456788

ای میل: info@Bahishat-e-Mustafa.org

ویب سائٹ: http://bahitchtaymadina.yolasite.com

A Project of : **FAISALABAD OIL REFINERY (PVT.) LTD**

(An ISO 9001-2008 & ISO 22000-2005 Certified Company)

E-MAIL: Forinfo@kisan.com.pk

میرے نعت خواں بننے میں والد کا بہت کردار ہے

الحمد للہ یہ اعزاز میرے پاس ہے کہ پی ٹی وی کے آغاز کے بعد رمضان المبارک میں پہلی نعت میری نشر ہوئی

نعت خوانی میں کچھ عناصر ایسے آگئے جنہوں نے نعت خوانی کا حلیہ بدل کر رکھ دیا، اور نعت خوانی کو اس طرف لے گئے

عالمگیر شہرت یافتہ نعت خواں **الحاج صدیق اسماعیل** کی زندگی پر ایک نظر

انٹرویو پینل: محمد زکریا شیخ الاشرفی،
طارق بن آزاد

مدح سرورِ کونین کی سعادت اللہ رب العزت اپنے فضل سے کسی کسی کو عطا کرتا ہے اور جو لوگ اس کار مدحت سے وابستہ ہو جاتے وہ کونین کی نعمتوں سے نواز دیے جاتے ہیں، ایسے ہی نوازشات کے حامل ثناء خوانوں میں الحاج صدیق اسماعیل صاحب بھی شامل ہیں۔ ان کا شمار ملک کے ممتاز و معروف نعت خوانوں میں ہوتا ہے، وہ اپنی خوش الحانی اور منفرد انداز ثناء خوانی کی بدولت عالمگیر شہرت رکھتے ہیں، وطن عزیز میں ان کا شمار بلاشبہ اولین دور کے نعت خوانوں میں ہوتا ہے، انہیں 1985ء میں شعبہ نعت خوانی میں اعلیٰ خدمات و کارکردگی کے اعتراف میں صدارتی تمغہ برائے حسن کارکردگی، اس کے علاوہ پی ٹی وی ایوارڈ اور ریڈیو پاکستان کے 20 سالہ میلوڈی ایکسی لینس ایوارڈ سے بھی نوازا گیا۔ آپ کو گذشتہ 25 برسوں سے ملک میں ہونے والی اہم سرکاری تقریبات میں صدور، وزرائے اعظم، گورنرز، وزرائے اعلیٰ اور بیرونی سربراہان مملکت کے سامنے ثناء خوانی کا اعزاز بھی حاصل ہے۔

الحاج صدیق اسماعیل کا ایک امتیاز یہ بھی ہے کہ انھوں نے ایک اسلامی چینل کی بنیاد رکھی اور اس کے سربراہ ہیں۔ الحاج صدیق اسماعیل صاحب کی شخصیت اور ان کے نظریات سے قارئین نعت نیوز کو آگاہ کرنے کے لئے ہم نے ان کا ایک خصوصی انٹرویو کیا جو حاضر خدمت ہے۔

نعت نیوز: پہلے اپنے ابتدائی حالات کے اور خاندانی پس منظر کے بارے میں بتائیں۔

جواب: الحمد للہ! ہمارا گھرانہ دینی ماحول کا حامل تھا، میرے والد سیٹھ اسماعیل عمر، مثنوی مولانا روم پر بہت عبور رکھتے تھے اور خود محافل میں مثنوی شریف پڑھا کرتے تھے، ہمارے علاقے کھارادر، کراچی میں بادامی مسجد ہے، وہ میرے والد نے تعمیر کروائی، اس دور میں وہاں بہت عمدہ محافل ہوا کرتی تھیں۔

نعت نیوز: آپ کے نعت خواں بننے میں کن عوامل نے کردار ادا کیا؟

جواب: بادامی مسجد میں اور دیگر محافل میں شرکت کرتے اور اپنے بڑوں کو دیکھتے ہوئے نعت خوانی کا شوق پیدا ہوا۔ نعت خواں بننے میں میرے والد کا بہت کردار ہے، انھوں نے ہی میرے شوق کو جلا بخشی۔

نعت نیوز: کیا آپ نے نعت خوانی کی باقاعدہ تربیت کسی سے حاصل کی؟

جواب: جی بالکل! ہماری مسجد میں حاجی یوسف اشرفی صاحب ہوا کرتے تھے وہ بہت عمدہ نعت خواں تھے، مجھے ان کو سن سن کر ہی نعت کا شوق مزید بڑھا اور میں ان کو اپنا اولین روحانی استاد مانتا ہوں، اس کے بعد 1965ء میں ریڈیو پاکستان کے پروگرام "بچوں کی دنیا" سے وابستہ ہو گیا جہاں میری مزید تربیت ہوئی اور وہیں میری استاد قدرت اللہ خان صاحب سے ملاقات ہوئی اور ان سے میں نے باقاعدہ تربیت حاصل کی۔

نعت نیوز: بتائیے کہ آپ کی تربیت میں ریڈیو کا کردار کتنا ہے؟

جواب: میری تربیت میں ریڈیو کا کردار بہت زیادہ ہے، بلکہ جس نے ریڈیو پر کام سیکھا ہے وہی اصل کام ہے باقی کوئی کام، کام نہیں ہے، تلفظ کی ادائیگی، کلام کا انتخاب یہ سب ہم نے ریڈیو سے سیکھا ہے۔

نعت نیوز: ریڈیو سے ٹی وی کا سفر کس طرح طے ہوا؟

جواب: میری ریڈیو سے وابستگی کے تقریباً تین سے چار سال بعد PTV کراچی اسٹیشن کا آغاز ہوا، اور الحمد للہ یہ اعزاز میرے پاس ہے کہ پی ٹی وی کے آغاز کے بعد رمضان المبارک میں پہلی نعت میری نشر ہوئی اور آج بھی یہ بات پی

ٹی وی کے ریکارڈ میں ہے کہ سب سے پہلی نعت میں نے پڑھی تھی۔

نعت نیوز: کیا آپ نے اپنے آغاز سے نعت خوانی کو شوقیہ اختیار کیا؟ یا پھر کمرشل بنیادوں پر نعت خوانی کی؟

جواب: بات یہ ہے کہ ہم نے جب نعت خوانی کا آغاز کیا تو اس وقت یہ چیزیں نہیں تھی، یہ پروفیشنلائز ہونا یا کمرشلائز ہونا اس زمانے میں یہ چیزیں بالکل نہیں تھی، ہماری نعت خوانی کی بنیاد شوق، محبت اور عقیدت تھی۔

نعت نیوز: آپ نعت خوانی میں کمرشلزم اور پروفیشنلزم کو کس طرح دیکھتے ہیں؟

جواب: دیکھیں بات یہ ہے کہ نعت خوانی میں کچھ عناصر ایسے آگئے جنہوں نے نعت خوانی کا حلیہ بدل کر رکھ دیا، اور نعت خوانی کو اس طرف لے گئے، انہوں نے نعت خوانی کو اس حد تک کمرشلائز کر دیا کہ اُن کے حلیے، اُن کے لباس، اُن کے طور طریقے سب دیکھ کر اندازہ ہوتا ہے کہ نعت کہ تقدس کا خیال نہیں رکھا گیا۔ اس سب صورتحال کو دیکھ کر علمائے کرام نے فتاوے دیے اور اس سلسلے میں انھوں نے اپنا بھرپور کردار ادا کیا، اور ایسے عناصر کی حوصلہ شکنی کی۔

نعت نیوز: نعت خوانی کے لئے تربیت کس حد تک ضروری ہے؟

جواب: دیکھیں جو بھی فن اپنانا ہو اس کے لیے تربیت ضروری ہے لیکن نعت میں محبت، عشق یہ تو لازم اور ملزوم ہے۔ اس کے ساتھ یہ نظریہ ہونا چاہئے کہ میں اللہ اور اس کے حبیب ﷺ کی میں حمد و ثناء کر رہا ہوں، اس کا اجر مجھے دونوں جہانوں میں ملے گا، یہ نظریہ سب سے پہلے ہے اور باقاعدہ اگر اس فیلڈ میں شامل ہونا چاہتے ہیں تو کسی کا ہاتھ تو پکڑنا ہو گا، لیکن بنیادی چیز اللہ اور اُس کے حبیب ﷺ کی رضا اور خوشنودی ہے۔

نعت نیوز: نعت خوانی کی تربیت کے لیے بنیادی عناصر کیا ہیں اور یہ نعت خوانی کے لئے کتنے ضروری ہیں؟

جواب: نعت خوانی کی تربیت کے حوالے سے بنیادی عناصر میں ایک تو اس کا اتار چڑھاؤ، نمبر دو تلفظ اور اُس کی ادائیگی، کلام کا انتخاب، اور اتنی سمجھ ہونی چاہیے کہ بارگاہِ رسالت ﷺ میں، جو میں پیش کر رہا ہوں وہ سرکار کی شان کے مطابق ہے کہ نہیں؟ سرکار ﷺ کی شان تو کوئی بیان کر ہی نہیں سکتا لیکن شانِ رسالت کے مطابق ہے یا نہیں۔ اس کے علاوہ محفل کا ادب، اپنے بڑوں کا احترام، اپنے سینئرز کا احترام، آج تو اپنے باپ کو باپ نہیں کہتے، ایسا ماحول ہو گیا ہے۔ سب سے پہلا قرینہ جو ہے وہ ادب ہے۔ یہ سب بہت ضروری ہے۔

نعت نیوز: نعت خوانی کے لئے موسیقی کی تربیت کتنی ضروری ہے؟

جواب: ہم نے تو لے لی اُس زمانے میں، آج نعتیں ہی ماشاء اللہ ایک سے ایک دھن میں ہیں اگر اُسی کو فولو کریں تو وہ اتار چڑھاؤ تو کم از کم سیکھ لیتا ہے، لیکن کیا ہی اچھا ہو کہ باقاعدہ اس کی بنیادی تربیت لی جائے، کیونکہ ہمارے یہاں کوئی اکیڈمی نہیں، کوئی ادارہ نہیں ہے، اس لئے کسی سینئر نعت خواں کی شاگردی اختیار کر لیں، اُن سے تھوڑا استفادہ کر لیں، کوئی کلام انتخاب کریں تو اُن کو دکھا لے، علماء کو دکھا لے، کیونکہ ہمارے یہاں نعتوں میں بہت سے ایسے الفاظ بھی آجاتے ہیں جو معیوب ہوتے ہیں، مثال کے طور پر میں آپ کو بتاؤں "سرلا مکاں سے طلب ہوئی، سوئے ملتجا وہ چلے نبی" اسی کلام میں آگے آتا ہے "ہوس تھی دید کی، معراج کا بہانہ تھا" --- اللہ تعالیٰ ہر ہوس سے پاک ہے، اللہ کے لئے یہ جملہ استعمال کرنا مناسب نہیں ہے، وہ اپنی روش میں کہہ گئے ٹھیک ہے لیکن کم از کم ہمیں پڑھنا نہیں چاہئے۔ "ہوس تھی دید کی" ہوس کیا ہوتا ہے؟ یہ ایک منفی

[illegible]

جذبہ ہے جسے ہم انسانوں کے لئے بھی اچھا نہیں سمجھتے تو پھر یہ ہم اللہ کے لئے کیسے استعمال کر سکتے ہیں۔ اللہ تو ان تمام چیزوں سے بے نیاز ہے۔ ایک اور بات کیا آپ مجھے کہیں گے کہ "یار یہ گلاس مجھے تھما دینا" یا "یہ چائے مجھے تھما دینا ذرا"۔۔ ہم کہیں گے کہ "یہ گلاس مجھے دے دیجئے" یا "یہ چائے مجھے دے دیجئے"۔۔ آج یہ نعتوں میں استعمال ہونے لگا ہے کہ "سنہری جالی ہاتھوں میں تھما دینا" اسی طرح ایک اور معروف شاعر کی نعت ہے کہ "سنہری وہ جالی تھما دیں" میں ان باتوں پر بہت غور کرتا ہوں، کیا یہ بے ادبی نہیں ہے؟ ہم عرف عام میں بھی کسی کو نہیں کہتے کہ یہ تھما دینا یا وہ تھما دینا کیونکہ ہم ان جملوں کو بے ادبی کے زمرے میں لیتے ہیں، لیکن یہ تو سرکار کا معاملہ ہے۔

نعت نیوز: آپ ماشاءاللہ گذشتہ چار دہائیوں سے نعت خوانی سے وابستہ ہیں، آج کی محفل نعت اور چالیس سال پہلے کی محفل نعت کو آپ کس طرح دیکھتے ہیں؟

جواب: بات یہ ہے کہ چالیس سال پہلے بھی محافل ہوتی تھیں، بڑے بڑے مقابلے ہوتے تھے، جن میں اعظم چشتی، محمد علی ظہوری وغیرہ ہوتے تھے، یہ محافل آرام باغ کے میدان میں ہوا کرتی تھیں، لیکن وہ کیا تھا کہ نعت کو ادب کے ساتھ سننا، سبحان اللہ، ماشاءاللہ کی صدائیں بلند ہونا اور نعرۂ تکبیر ورسالت لگنا، لیکن اب جو محافل میں یہ انداز چل نکلا ہے کہ ہاتھ اٹھا کر بولو، پیر اٹھا کر بولو، جھوم کر بولو، وہ جو یہودیوں، عیسائیوں کا ایک طریقہ ہے، کہ وہ اپنے کنسرٹس وغیرہ میں ہاتھوں کو اس طرح لہراتے ہیں، لیکن یہ چلن محافل نعت کے ادب کے خلاف ہے۔ ایسا لگتا ہے کہ ہم ان کی پیروی کر رہے ہیں۔ آج کے نعت خوانوں نے اس کو اس حد تک کمرشلائز کر دیا ہے کہ انہوں نے ان حرکات کو محافل میں بھی شروع کر دیا ہے۔

نعت نیوز: پاکستان میں نعت خوانی کا ارتقاء اس بارے میں کیا فرمائیں گے؟ ہم نے سنا ہے اول دور میں قصیدہ بردہ شریف اور میلاد خوانی کی پارٹیاں ہوا کرتی تھیں۔ بعد میں انفرادی نعت خوانی کا آغاز ہوا۔ آپ ہمیں بتائیں کہ جب آپ نے نعت خوانی کا آغاز کیا تو کیا صورتحال تھی؟

جواب: دیکھیں ایک تو میلاد کی

اب جو محافل میں یہ انداز چل نکلا ہے کہ ہاتھ اٹھا کر بولو، پیر اٹھا کر بولو، جھوم کر بولو، وہ جو یہودیوں، عیسائیوں کا ایک طریقہ ہے، کہ وہ اپنے کنسرٹس وغیرہ میں ہاتھوں کو اس طرح لہراتے ہیں، لیکن یہ چلن محافل نعت کے ادب کے خلاف ہے

محافل ہوا کرتی تھیں، جس میں دس بارہ مل کر پڑھتے اور ایک اُن کو لیڈ کرتا تھا، لیکن انفرادی نعت خوانی کی محافل بھی ہوا کرتی تھیں اسی دور میں ادیب رائے پوری نے پہلی کل پاکستان محفل نعت کروائی جس میں اعظم چشتی اور محمد علی ظہوری جیسے لوگ شرکت کرتے تھے، اس زمانے میں یہ دونوں نام بہت بڑے تھے، اس پروگرام میں 14 ایوارڈز رکھے گئے تھے۔ اس مقابلے میں ہم بھی شریک ہوئے تھے، اس وقت میں اور سعید ہاشمی کم عمر تھے۔ اس پورے پروگرام کا کریڈٹ ادیب صاحب کو جاتا ہے۔

نعت نیوز: آپ نے بھی اس وقت جو بڑے بڑے نام تھے ان میں سے کسی کی پیروی کرنے کی کوشش کی، ان ... کے انداز وغیرہ کی؟

جواب: دیکھیں اُن کا رنگ تھا پنجاب کا کراچی کا رنگ اور تھا، ہم ان کو Appriciate بہت کرتے تھے، ان کی نعتیں اور ان کا انداز دل ہلا دینے والا ہوتا تھا، ان کی نعتیں دل پر اثر کرتی تھیں۔ لیکن ہم کراچی کے نعت خوانوں نے اسٹائل الگ اپنایا۔ اس میں، میں کیا؟ سعید ہاشمی کیا؟ وحید ظفر کیا؟ اس دور میں یہ خورشید یا فصیح الدین وغیرہ کا وجود ہی نہیں تھا، اس دور میں رؤف بھی ہوا کرتے تھے۔

نعت نیوز: صدیق بھائی اس دور کی نعت خوانی کے حوالے سے بات ہو رہی ہے، یہ بتائیں کہ آج کے دور میں ہم دیکھتے ہیں کہ نعت خوانوں میں گروپ بندی ہونے لگی ہے، کبھی اپنی وضع قطع کے نام پر تو کبھی سلاسل اور میڈیا چینل کے نام پر نعت خواں گروپ بندی کر رہے ہوتے ہیں، کیا یہ چیزیں اس دور میں بھی تھی؟

جواب: اس حد تک نہیں تھی، دیکھیں انسان ہونے کے ناطے ہر دور میں انسان کی خوب سے خوب تر کی تلاش اور آگے بڑھنے کی ... جستجو ہوتی ہے، یہ تو صحابہ کرام میں بھی ہو... تی تھی، روایات میں آتا ہے کہ ... حضرت عائشہ صدیقہؓ

نعت خوانی کے فروغ میں میڈیا نے بھرپور کردار ادا کیا ہے لیکن اس کے اثرات دونوں طرح کے ہیں، اب یہ بات مجھے بولنی چاہئے کہ نہیں کہ آج جو ایک نئی مخلوق نکلی ہے ۔۔۔دے دھنا دھن ۔۔ انہوں نے کیا اثرات مرتب کئے ہیں؟ درمیان میں جو نئی نئی روایتیں نعت خوانی میں آئیں اسے میڈیا نے ہی فروغ دیا

نے حضور اکرمؐ سے فرمایا کہ یا رسول اللہ ﷺ یہ جو آسمان پر ستارے ہیں، اتنی نیکیاں کس کی ہیں؟ تو آپ ﷺ نے فرمایا عمر فاروقؓ حضرت عائشہ صدیقہؓ کے دل میں یہ خیال آیا اور سرکارؐ سے پوچھا کہ پھر میرے والد کی نیکیاں کتنی ہیں؟ آپؐ نے فرمایا تیرے والد کی ایک رات کی نیکی جو بے غار ثور کی وہ ان سب پہ حاوی ہے۔۔۔تو یہ جو جستجو ہے نا وہ ایک الگ چیز ہے، لیکن یہ کسی کو نیچا دکھانے کے لئے، کسی کو ذلیل کرنے کے لئے یا یہ سب پیسہ بٹورنے کے لئے، یہ سب جو مکر وفریب جو ہو رہا ہے، یہ محبت اور اسلام کا حصہ نہیں ہے۔ انسان جب سے پیدا ہوا ہے تب سے اللہ نے اس کے اندر نفس تو ڈالا ہوا ہے۔ ہابیل اور قابیل کا واقعہ دیکھ لیں، شیطان اور آدم علیہ السلام کا معاملہ دیکھ لیں شیطان اپنے تکبر میں رہا اور راندۂ درگاہ ہو گیا، کہ میں آگ سے بنا ہوں یہ مٹی سے بنے ہیں میں انہیں سجدہ کیسے کروں؟ یہ تو انسان کے نفس میں ڈالا ہوا ہے۔ وقت کے ساتھ ساتھ یہ چیزیں تو چلتی ہیں لیکن ثنائے حبیب کے معاملے میں یہ چیزیں کم سے کم ہوں۔ اس کا اجر صرف دنیا میں ہی نہیں ہے بھائی، اس کا اجر تو آخرت میں ملنا ہے۔ اپنے کردار پر نظر رکھنی چاہئے کہ ہمارے عمل سے ہماری زبان سے ہمارے سننے والوں کی ہماری آنے والی نسل کی دل آزاری نہ ہو، وہ ہم سے خوش رہیں، ہمارا کردار، ہمارا اخلاق اچھا رہنا چاہئے۔

نعت نیوز: عصرِ حاضر میں نعت خوانی کے فروغ میں میڈیا کے کردار کو آپ کس طرح دیکھتے ہیں؟ اس کے اثرات کس طرح کے ہیں؟ آیا منفی ہیں یا مثبت؟

جواب: نعت خوانی کے فروغ میں میڈیا نے بھرپور کردار ادا کیا ہے لیکن اس کے اثرات دونوں طرح کے ہیں، اب یہ بات مجھے بولنی چاہئے کہ نہیں کہ آج جو ایک نئی مخلوق نکلی ہے۔۔۔دے دھنا دھن۔۔۔ انہوں نے کیا اثرات مرتب کئے ہیں؟ درمیان میں جو نئی نئی روایتیں نعت خوانی میں آئیں اسے میڈیا نے ہی فروغ دیا، لیکن علمائے کرام نے اس وقت اپنی ذمہ داری کا پورا احساس کرتے ہوئے، فتوے جاری کئے، اس میں الیاس قادری صاحب، مفتی اختر رضا خاں صاحب، مفتی منیب الرحمٰن صاحب اور دیگر تقریباً 400 علماء نے اس پر فتوے جاری کئے، لیکن آج وہ تمام عناصر دب کے رہ گئے اب وہ لیے اسٹیج پر آتے ہوئے شرماتے ہیں۔ اصل میں مخالفت اس رویے اور شدت پسندی کی گئی جو ان نعت خوانوں نے اختیار کیا۔

نعت نیوز: نعت خوانی کے علاوہ فروغِ نعت میں آپ کا کردار کیا رہا؟

جواب: میں نے عملی طور پر دو کتابیں مرتب کیں جن میں "انوار الحرمین" 1983ء میں اور "رنگِ رضا" 2000ء میں ہے۔ انوار الحرمین کے لئے مجھ سابق صدر جنرل ضیاء الحق صاحب نے کہا تھا کہ آپ جو نعتیں پڑھتے ہیں انہیں ایک جگہ جمع کر دیں میری یہ خواہش ہے کہ یہ کلام بچوں تک بھی پہنچے تاکہ ان میں بھی یہ ذوق پیدا ہو تو آپ اس کو کوئی کتابی شکل دیں پھر میں نے اپنی پڑھے ہوئے تقریباً 200 مشہور و معروف کلام یکجا کر کے اسے "انوار حرمین" کے نام سے شائع کیا، میری اس کتاب پر ان کا پیغام بھی تھا۔ اس کے علاوہ "رنگِ رضا" اعلیٰ حضرت کے کلام میں عموماً پچاس پچاس شعر ہیں اور ان کا کلام قرآن و حدیث کی روشنی میں لکھا ہوا ہے۔ اب اگر ان کا ایک شعر اِدھر سے اٹھائیں اور ایک شعر اُدھر سے اٹھائیں تو اس کے مفہوم میں بہت فرق پڑ جاتا ہے، تو میں نے اس کتاب میں تمام کلاموں کو اس طرح سے مرتب کیا کہ آٹھ دس شعر اس کے منتخب کر لئے اور اس طرح کے اشعار لئے کہ کلام کا مضمون نہ ٹوٹنے پائے۔ اس کے علاوہ جنرل ضیاء الحق نے ایک پروگرام بنایا تھا کہ فوجیوں کو قرأت و نعت کی تربیت دی جائے جس میں قرأت کے لئے کسی اور صاحب کو کہا گیا تھا جبکہ مجھے نعت کی تربیت کے لئے استاد مقرر کیا گیا تھا۔ اس کے علاوہ تقریباً پندرہ، سترہ سال پہلے میں نے قرأت و نعت کونسل پاکستان بنائی جس کا میں چیئرمین ہوں، اس کونسل میں منیبہ شیخ اور اُمِ حبیبہ وغیرہ بھی ہمارے ساتھ تھیں۔ ہماری کونسل کا منشور نئے نعت خوانوں کی تربیت اور اُن کی حوصلہ افزائی کرنا اور ان کو نعت خوانی کے عملی شعبے میں متعارف کرانا ہے۔

نعت نیوز: آپ نے نعت خوانی کے لئے کن کن ممالک کا سفر کیا؟

جواب: نعت خوانی کے لئے پاکستان سے باہر جانے والے نعت خوانوں میں، میں سب سے پہلا آدمی ہوں۔ سب سے پہلے میں امریکہ گیا ہوں 1983ء میں، مجھے نقشبندیہ فاؤنڈیشن والوں نے بلایا تھا جس میں مشہور باکسر محمد علی کلے بھی مدعو تھے یہ ایک بہت بڑی کانفرنس تھی مولود النبیؐ کے حوالے سے، محمد علی کلے نے جب محفل میں مجھ سے قصیدہ بردہ شریف سنا تو ان پر ایک کیفیت طاری ہو گئی، اس محفل میں میرے پڑھنے سے پہلے کیمبر نے قصیدہ بردہ شریف کی انگریزی میں تشریح بیان کی تھی اور حضرت امام بوصیریؒ کا تمام واقعہ بھی سنایا تھا۔ دیگر اس کے علاوہ یورپ میں ناروے، ڈنمارک سمیت تقریباً تمام یورپی ممالک میں گیا ہوں اس کے علاوہ برطانیہ، مڈل ایسٹ، ساؤتھ افریقہ میں ڈربن وغیرہ، الغرض دنیا کے کئی ممالک میں نعت خوانی کے لئے سفر کیا اور کئی کئی دفعہ گیا ہوں اور نعت خوانی کی سعادت حاصل کی۔ اسی طرح میں ساؤتھ افریقہ بھی پہلی دفعہ میں گیا تھا ورنہ پہلے صرف قوال جاتے تھے۔ وہاں بھی میں نے ایک نعت اکیڈمی قائم کی تھی۔

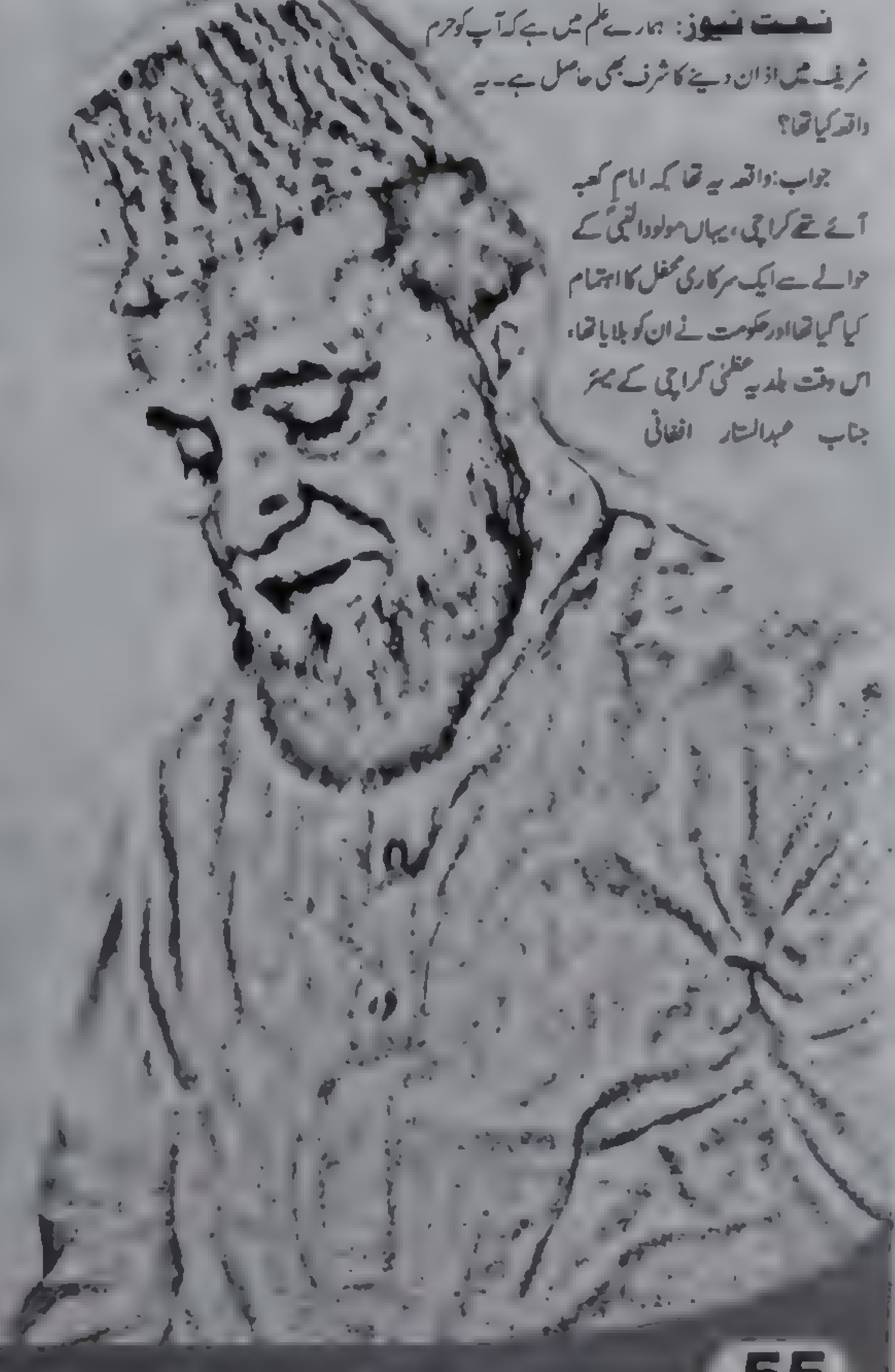
نعت نیوز: بہت سے نعت خواں اسٹیج پر بیٹھ کر اپنے فضائل بیان کرتے ہیں۔ اس بارے میں آپ کیا کہیں گے؟

جواب: آج یہ رویہ ہمارے یہاں عام ہو چکا ہے لیکن بات یہ ہے کہ کرم جب ہوتا ہے تو اس کا اس طرح سے چرچا کبھی نہیں ہوتا، جو کرم کرنے والے ہیں ناں وہی اُس کے اسباب بناتے ہیں، آپ امام بوصیریؒ کے واقعے کو دیکھ لیں آپ نے قصیدہ بردہ شریف لکھا اور آپ کو سرکار علیہ السلام کی زیارت ہوئی اور آپ صبح کو جب صحت یاب ہو کر گھر سے نکلے ہیں تو لوگوں نے ان کو دیکھ کر بڑی حیرت کا اظہار کیا راستے میں ایک بزرگ ملے اور انہوں نے کہا کہ اے بوصیری مبارک ہو تمہیں وہ رات جو چادر ملی ہے ہمیں بھی اس کی زیارت کرواؤ اور وہ قصیدہ ہمیں بھی سناؤ جو رات سرکار کو

سنایا تھا، یوں سرکارؐ ہی اس بات کا اہتمام کرتے ہیں کہ دوسروں کو پتہ چلے نا کہ یہ ہم خود ہی اپنے منہ سے سارا کچھ بیان کرتے رہیں، آپ نے کبھی میرے منہ سے ایسی کوئی بات نہیں سنی ہوگی، یہ ایک بہت ہی نازک معاملہ ہے۔ ایک بات اور کہ ایک نعت ابھی کچھ عرصے پہلے لکھی گئی ہے اور آپ اُسے بیان کررہے ہیں کہ میں پچیس سال پہلے جب سرکارؐ کے روضے کے اندر گیا تھا تب مجھے یاد آئی۔ اب ایک نعت لکھی ہی ابھی گئی ہے تو اس وقت کہاں سے یاد آگئی؟ تو اس طرح کے معاملات نہیں ہونے چاہئے۔ سرکار کا معاملہ ہے بہت احتیاط کی ضرورت ہے اس میں۔

نعت نیوز: ہمارے علم میں ہے کہ آپ کو حرم شریف میں اذان دینے کا شرف بھی حاصل ہے۔ یہ واقعہ کیا تھا؟

جواب: واقعہ یہ تھا کہ امامِ کعبہ آئے تھے کراچی، یہاں مولودالنبیؐ کے حوالے سے ایک سرکاری محفل کا اہتمام کیا گیا تھا اور حکومت نے ان کو بلایا تھا، اس وقت بلدیہ عظمیٰ کراچی کے میئر جناب عبدالستار افغانی صاحب انھوں نے یہاں پولوگراؤنڈ میں ان کو ایک بہت بڑا استقبالیہ دیا تھا، وہ میلادالنبیؐ کی رات تھی اس محفل میں افغانی صاحب نے میری نعت رکھی تھی، اس محفل میں گورنر وغیرہ سب آئے ہوئے تھے، اس وقت "نور پھیلا ہوا آج کی رات ہے" نئی نئی مشہور ہوئی تھی جب میرا اعلان ہوا اور میں نے نعت پڑھنی شروع کی تو لوگوں نے والہانہ طور پر سبحان اللہ کی صدائیں بلند کی اور نعرۂ تکبیر ورسالت لگنے شروع ہوگئے، عوام کا اس قدر ذوق وشوق دیکھ کر امامِ کعبہ بہت متاثر ہوئے اور منبر سے اتر کر مجھے گلے لگالیا۔ اس کے بعد انھوں نے افغانی صاحب سے بات کی اور انھیں کہا کہ مجھے عمرے پر بھیجیں۔ اس کے بعد میں عمرے پر گیا اور جب میری امامِ کعبہ سے ملاقات ہوئی تو وہ مجھے اپنے حجرے میں لے گئے اور مجھ سے پوچھا کہ آپ کی دلی خواہش کیا ہے؟ میں نے ان سے عرض کی کہ میں حرم میں ایک وقت کی اذان دینا چاہتا ہوں۔ تو اس طرح انہوں نے اگلے دن مجھے حرم میں اذان دینے کی اجازت دی اور میں نے حرم میں اذان دی۔ لیکن آپ نے کبھی یہ تذکرہ میرے منہ سے نہیں سنا ہوگا کبھی کسی انٹرویو میں کہہ دیا ہو تو الگ بات ہے۔



> اب تو بالکل کھلم کھلا، کاپی ٹو کاپی گانوں پہ نعتیں پڑھی جاتی ہیں، تو ظاہر ہے کہ اگر کسی نعت کی طرز گانے پر ہو اور سننے والے کو نعت سن کر گانا یاد آرہا ہو تو وہ گانا ہی کیوں نہ سن لے، نعت کا تقدس اس بات کی اجازت نہیں دیتا

نعت نیوز: گانوں کی دھنوں پر نعت پڑھنے پر بہت اعتراض کیا جاتا ہے، آپ کی اس بارے میں کیا رائے ہے؟

جواب: اب تو بالکل کھلم کھلا، کاپی ٹو کاپی گانوں پہ نعتیں پڑھی جاتی ہیں، تو ظاہر ہے کہ اگر کسی نعت کی طرز گانے پر ہو اور سننے والے کو نعت سن کر گانا یاد آرہا ہو تو وہ گانا ہی کیوں نہ سن لے، نعت کا تقدس اس بات کی اجازت نہیں دیتا، لیکن سُروں کا جہاں تک تعلق ہے کہ نعت پڑھتے ہوئے کوئی سُر یا سُر یا اس کی جگہ کسی گانے کے سے ہلکی پھلکی ملتی جلتی ہو تو چلتا ہے۔ لیکن یہ [illegible] پڑھنا مناسب نہیں ہے کیونکہ توجہ نعت سے ہٹ کر گانے کی طرف چلی جاتی ہے۔

نعت نیوز: نعت خوانوں کے Payment لینے پر بھی اعتراض کیا جاتا ہے، کہا جاتا ہے کہ نعت خواں بہت کمرشلائز ہوگئے ہیں۔ آپ کی اس بارے میں کیا رائے ہے؟

جواب: دیکھیں یہ سوال بہت نازک ہے، نعت خوانوں کی مناسب خدمت ہونی چاہئے، ہم نعت پڑھنے کا معاوضہ نہیں لیتے ہم اپنے وقت کا معاوضہ طلب کرتے ہیں اگر ہم اپنا اتنا وقت دے رہے ہیں اور اس کے عوض کوئی ہماری مناسب خدمت کردے تو وہ جائز ہے۔ کیونکہ کوئی عالم، کوئی مولانا، کوئی مدرس ایسا نہیں ہے کہ جس کی تنخواہیں نہ ہوں، مگر نعت خواں کوئی کام نہیں کررہا لیکن اس کے بھی بال بچے ہیں وہ اپنے بچوں کو مسجد میں تو نہیں چھوڑ آئے گا۔

نعت نیوز: لیکن لوگ نعت خوانوں کی رقم طلب کرنے پر بہت ناراض نظر آتے ہیں۔ لوگ نعت خوانوں کی

ضروریات کے حوالے سے نہیں سوچتے، اس حوالے سے کیا کہیں گے آپ؟

جواب: اس بات کا میں ایک آسان سا جواب دے دیتا ہوں کہ اگر کسی کو نعت خوانی کروانی ہے تو وہ صبیح رحمانی کو، وحید ظفر کو، سعید ہاشمی کو اور صدیق اسماعیل کو ہی کیوں بلانا چاہتے ہیں؟ آپ خود پڑھ لیا کریں اپنے بچوں کو نعت خوانی سکھا دیں اور خود محفل کر لیا کریں، آپ کو ہزاروں روپے مائک والوں کو ڈیکوریشن والوں کو دیتے ہوئے کوئی مسئلہ نہیں ہوتا۔ جو اس طرح کی بات کرتے ہیں کہ نعت خوانوں کو کچھ نہیں دینا چاہئے کوئی ان سے پوچھے کہ کیا آپ نعت خواں کے گھر کا راشن ڈال دیتے ہیں؟ کیا آپ اس کو کپڑے کے تھان دے جاتے ہیں کہ حضرت یہ رکھیں اور آپ کو کسی سے کچھ مانگنے کی ضرورت نہیں ہے، ہم آپ کے گھر کا پورا انتظام چلا دیں گے پر ایسا نہیں ہے، مناسب خدمت ہونی چاہیے کیونکہ نعت خواں بھی اپنا پورا پورا وقت اسی میں لگاتے ہیں تو کیا ان کا کوئی حق نہیں بنتا!

نعت نیوز: آپ کو کئی ایوارڈز سے نوازا گیا، جن میں صدارتی ایوارڈ بھی شامل ہے، لیکن آپ اپنے لئے سب سے بڑا اعزاز کس کو جانتے ہیں؟

جواب: بیت اللہ میں اذان دی ہے۔ اس سے بڑا اعزاز کیا ہو سکتا ہے؟ الحمدللہ! میرے علاوہ کسی نعت خواں کو یہ اعزاز حاصل نہیں ہے۔

نعت نیوز: آپ کی اب تک کتنی آڈیو کیسٹس اور سی ڈیز مارکیٹ میں آچکی ہیں؟

جواب: EMI والوں نے جب گراموفون بند کیا اور کیسٹ ریلیز کرنی شروع کی تو سب سے پہلے میری دو کیسٹ بنائی تھی ایک "سلام اے آمنہ کے لعل" اور "نوری محفل" اس طرح پاکستان میں جو نعت کی پہلی کیسٹ ریلیز ہوئی وہ میری تھی، اس کے بعد کئی اور کمپنیاں آئیں اور انھوں نے میری کیسٹ ریلیز کیں اس طرح میری اب تک 55 آڈیو کیسٹس اور 14 سی ڈیز ہیں جو ریلیز ہو چکی ہیں۔ اب ہمارا سلسلہ یہ نہیں ہے کہ ہم دوسروں کی پڑھی ہوئی نعتیں بھی پڑھ دیں ہم اپنی تیاری کرتے ہیں اور کوشش کرتے ہیں کہ نئے کلام کیسٹ یا سی ڈی میں پڑھیں۔ ہمیں ہزار دو ہزار سی ڈیز بنانے کا شوق نہیں ہے۔ الحمدللہ! ہماری اپنی پہچان ہے۔

نعت نیوز: آپ جو کلام پڑھتے ہیں ان کی تیاری کا مرحلہ کیا ہوتا ہے، ان کی دھن وغیرہ کیسے تیار کرتے ہیں؟ آیا کسی کی مدد حاصل کرتے ہیں یا خود ہی اس کی تیاری کرتے ہیں؟

جواب: عموماً خود بناتے ہیں۔ دیکھو جب ایک نیت ہوتی ہے ناں تو اللہ بھی اس میں برکت ڈال دیتا ہے، اللہ ہمارے ذہن میں ایسی دھن یا لے ڈال دیتا ہے کہ جو ہم سوچ نہیں سکتے پھر ہم اس پر محنت کرتے ہیں اسے سوچتے رہتے ہیں، رات کو جب سونے لیٹتے ہیں تو بھی ذہن میں وہی دھن چل رہی ہوتی ہے، اس طرح کسی دھن کو مختلف حصوں میں ریکارڈ کر کے آہستہ آہستہ وہ دھن ایک شکل اختیار کر جاتی ہے۔

نعت نیوز: کیا نعت خوانی کا شوق آپ کے بچوں میں بھی آیا ہے؟

جواب: نعت کی سماعت کا ذوق بہت ہے، لیکن پڑھنے کے حوالے سے کسی کا کوئی خاص ذوق نہیں ہے۔ اصل بات یہ ہے کہ جب میں نے دیکھا کہ نعت خوانی میں ریوڑ کے ریوڑ لوگ آرہے ہیں اور انہیں اپنا مستقبل نعت خوانی میں بنانے میں مشکلات آئیں گی تو میں نے ان کی تعلیم پر توجہ دی اور آج اللہ کا شکر ہے میرا بیٹا ڈبل ماسٹرز ہے۔

نعت نیوز: آپ کو یہ اعزاز بھی حاصل ہے کہ آپ نے ایک مذہبی چینل کا آغاز بھی کیا، آپ ایک چینل کے سربراہ بھی رہے، اور ایک عرصے تک آپ نے اس چینل کو چلایا، اس چینل کو لانچ کرنے کا مقصد کیا تھا؟ اور اس میں آپ کو کیا مشکلات پیش آئیں؟

جواب: مقصد بہت دین کی اشاعت تھی اور اس کے ساتھ ساتھ یہ بھی تھی کہ کچھ چینلز پر نئے نعت خوانوں سے نعت پڑھنے کے پیسے لئے جاتے تھے بلکہ پیسے دیئے بغیر کوئی نعت خواں چینل کے اندر داخل بھی نہیں ہو سکتا تھا، ایسے حالات میں جو غریب اور ٹیلنٹڈ نعت خواں ہوتے تھے ان کی حسرتیں وہیں دم مار جاتی تھی۔

ہمیں اس بات کا بہت زیادہ خیال تھا، اس بات کے صبیح رحمانی بھی گواہ ہیں اور وہ خود اعتراف بھی کرتے ہیں انہوں نے جو حمد پڑھی "کعبے کی رونق کعبے کا منظر" وہ ہمارے چینل سے ہی عوام میں مقبول ہوئی، اسی طرح ہم نے کئی نئے ثناء خوانوں کو متعارف کروایا۔ لیکن جہاں تک بات مشکلات کی ہے تو کچھ آہنی ہاتھ ایسے تھے جو نہیں چاہتے تھے کہ ان کے مقابلے میں کوئی اور اسلامی چینل کھڑا ہو سکے۔ انہوں نے ایسے ایسے حربے استعمال کیے، اور یہ ایک اندھا کنواں ہے، اس میں بے حد روپے چاہئے ہوتے ہیں، جب تک بہترین مارکیٹنگ نہ ہو، آپ کسی چینل کو نہیں چلا سکتے۔

نعت نیوز: آپ نے کیا دیکھا؟ کیا ہمارے معاشرے میں کسی اسلامی چینل کی مقبولیت ہے؟ اور مارکیٹنگ کے حوالے سے آپ کو خاطر خواہ پذیرائی حاصل ہوئی یا صرف مشکلات کا سامنا ہی رہا؟

جواب: مشکلات کا ہی سامنا رہا، دیکھیں آج اسلامی چینل وہی چلا سکتا ہے جس کے لاکھوں، کروڑوں مریدین ہوں اور وہ چندہ دیں تو چینل چندے پر ہی چل سکتا ہے بھیا، آج سب چندے مانگ رہے ہیں مدنی بھی چندے مانگ رہا ہے، غریب نواز بھی چندے مانگ رہا ہے، ہم نے کوشش تو بہت کی مگر Compitation تو ہوتا ہے اور اس Compitation میں ہم نے کبھی نعت خوانوں سے پیسے نہیں لئے۔ اور چار سال تک ہم نے اپنے وسائل سے چینل کو چلایا۔

نعت نیوز: یعنی پروفیشنل طریقے سے نہیں چل سکتا؟

جواب: جی ہاں! یا تو مریدوں سے پیسے بٹورے جائیں، یا چندے کیے جائیں یا نعت خوانوں سے پیسے بٹورے جائیں۔ پروفیشنلی نہیں چل سکتا۔

نعت نیوز: نعت نیوز کے بارے کیا پیغام دینا چاہیں گے؟

جواب: نعت نیوز ایک پہلا رسالہ ہے جو خالصتاً فروغ حمد و نعت کے لئے کوشاں ہے۔ ثناء خوانوں کو عوام الناس میں متعارف کرانے کے لیے کوشاں ہے، اور عشاقان رسول ﷺ کی معلومات میں اس کے ذریعے بہت اضافہ ہوتا ہے۔ میں دعا گو ہوں کہ اللہ تعالیٰ اس کاوش کو مزید کامیابی عطا فرمائے اور قارئین سے بھی یہ گزارش کروں گا کہ وہ نعت نیوز کے جریدے کے ممبر بنیں اور اس کو کامیاب بنانے میں اپنی عملی کوششیں کریں۔

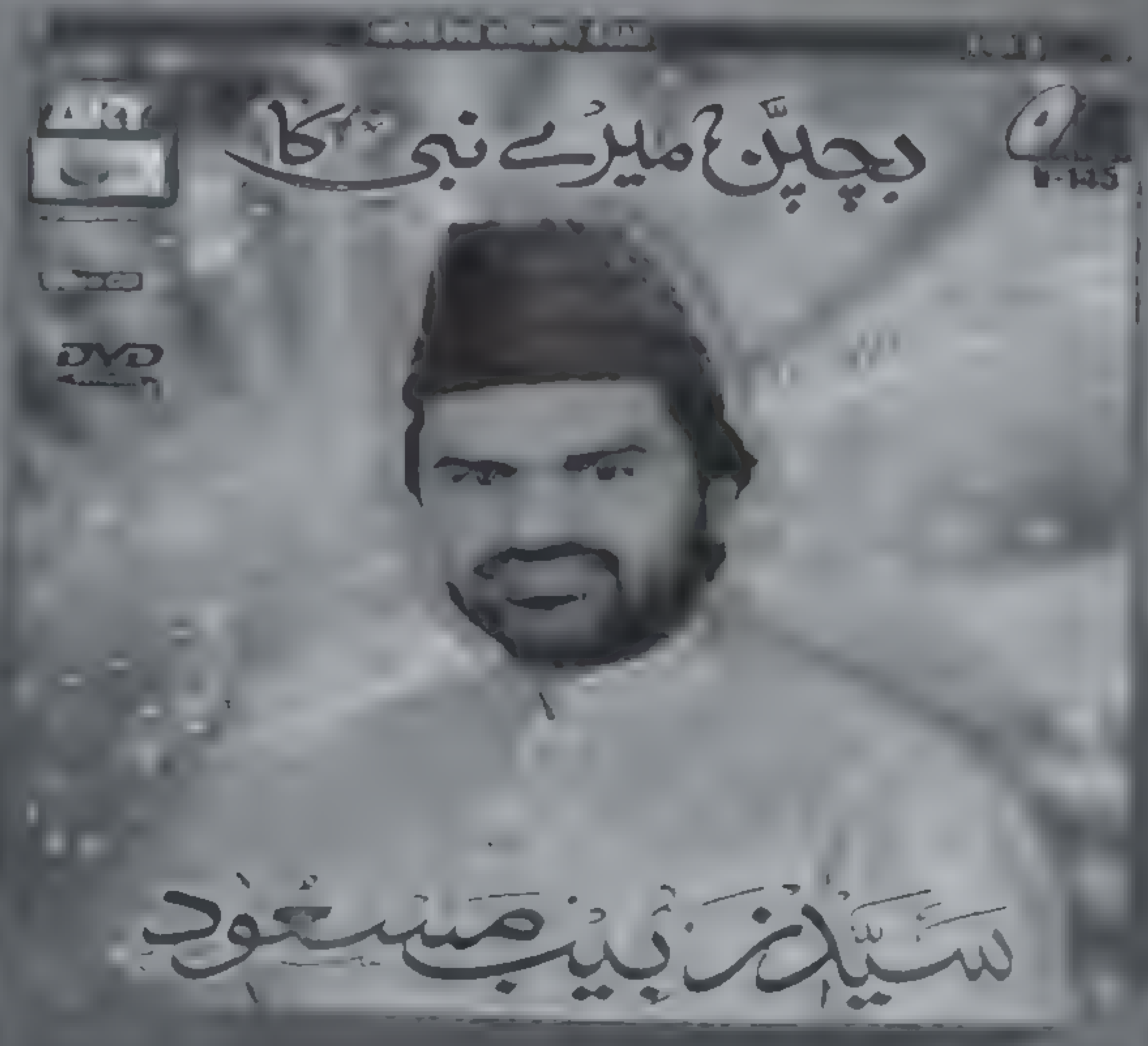
EMI والوں نے جب گراموفون بند کیا اور کیسٹ ریلیز کرنی شروع کی تو سب سے پہلے میری دو کیسٹ بنائی تھی ایک "سلام اے آمنہ کے لعل" اور "نوری محفل" اس طرح پاکستان میں جو نعت کی پہلی کیسٹ ریلیز ہوئی وہ میری تھی، اس کے بعد کئی اور کمپنیاں آئیں اور انھوں نے میری کیسٹ ریلیز کیں

سی ڈیز کارنر

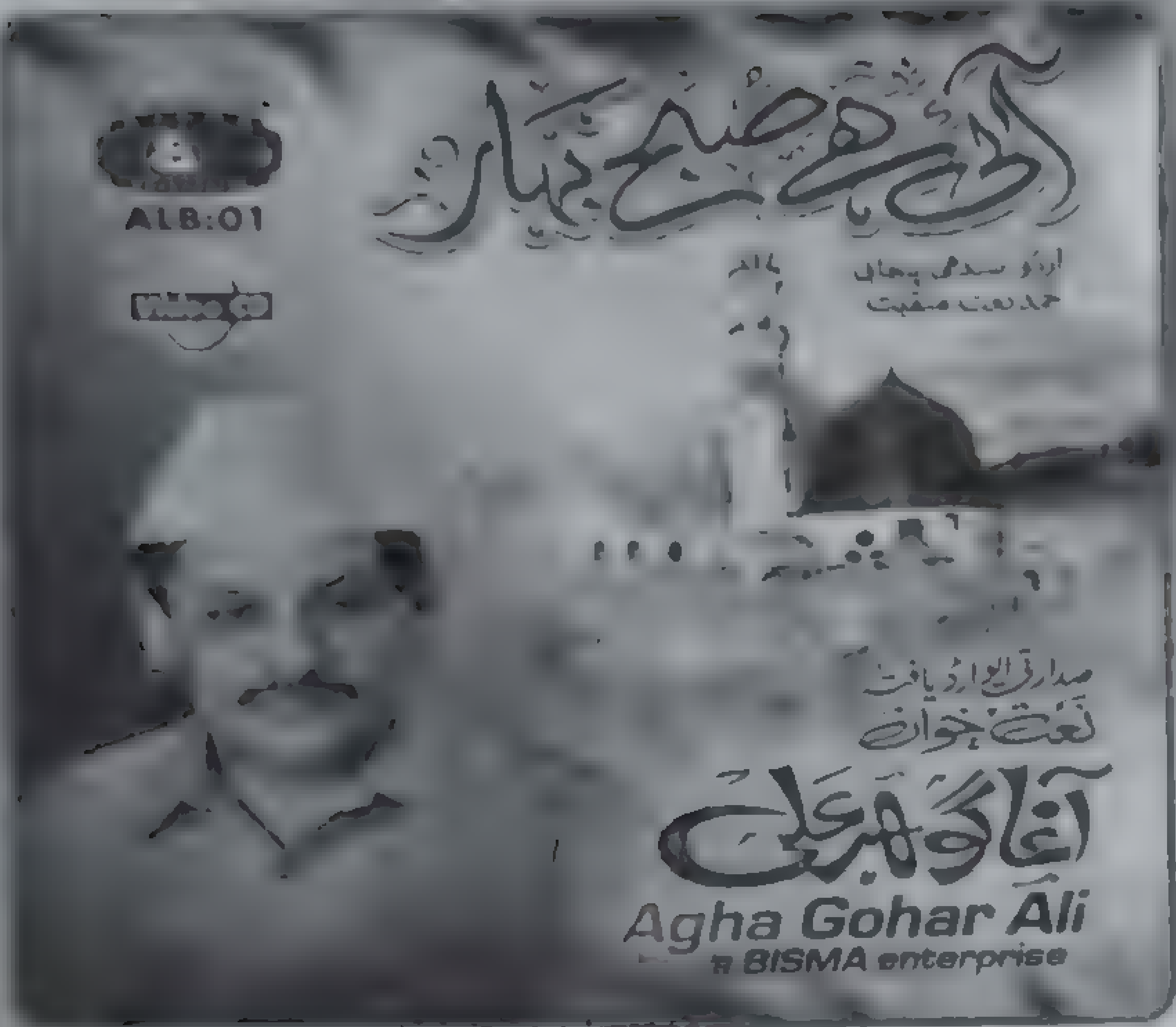
شہر مکہ دیکھ لو
الحاج سید
محمد ریحان قادری

لیجیو محمد صلی اللہ علیہ وسلم نام
A-126
نعت خواں
صاحبزادہ سید منظور الکونین

ماں دی شان
VITAL
VOLUME
5
DVD
نعت خواں
عابد رؤف قادری
ABID RAUF QADRI


بچپن میرے نبی کا
DVD
سید زبیب مسعود

سی ڈیز کارنر



سی ڈیز کارنر میں اپنی سی ڈی کی اشاعت
کے لئے ادارے کو سی ڈی ارسال کریں۔

عصرِ حاضر کا نعتیہ منظر نامہ

NAAT NEWS

سہ ماہی نعت نیوز کراچی

ممبر شپ فارم

الحمدللہ! نعت نیوز نے اپنی اشاعت کے مختصر سے عرصے میں بفضلہ تعالیٰ ملکی و بین الاقوامی سطح پر وابستگان نعت سے بے حد پذیرائی حاصل کی اور اب قارئین کرام کے مستقل و پرزور اصرار پر ادارہ نعت نیوز کی دو سالہ ممبر شپ کا اجراء کر رہا ہے جس کا زرِ تعاون مبلغ =/1000 روپے (پاکستانی قارئین کیلئے) متعین کیا گیا ہے۔ یہ رقم آپ کی جانب سے فروغ نعت کے لئے آپ کی عملی کوششوں کا مظہر ہوگی اور اس کے عوض ادارہ ہر سال نعت نیوز کے شائع ہونے والے چار شمارے معزز ممبران کو عرصہ دو سال تک باقاعدگی سے ارسال کرے گا۔ (انشاءاللہ)

محبان نعت ممبر شپ کے حصول کے لئے درج ذیل فارم پر کر کے شناختی کارڈ کی کاپی کیساتھ مقررہ بنام ''اشرفی انٹر پرائزز'' بصورت کراس چیک' بینک ڈرافٹ یا منی آرڈر ادارے کے پتے پر ارسال کریں تاکہ ممبرانِ گرامی قدر کو باقاعدگی سے شمارہ ارسال کیا جاسکے۔

نام:______________ ولدیت:______________

پیشہ:______________ مکمل پتہ:______________

فون نمبر:______________ موبائل نمبر:______________

ای میل ایڈریس:______________ قومی شناختی کارڈ نمبر:______________

ممبر شپ نمبر:______________ ممبر شپ تاریخ:______________

(ادارہ پر کرے گا)

ناشر: اشرفی انٹر پرائزز 2/876 شاہ فیصل کالونی نمبر 2 کراچی پاکستان فون 0300-2903839

نوٹ: اس فارم کی فوٹو کاپی بھی قابل قبول ہے۔

www.naatnews.com

رانا برادران کے زیر اہتمام محفلِ عید میلاد النبیؐ

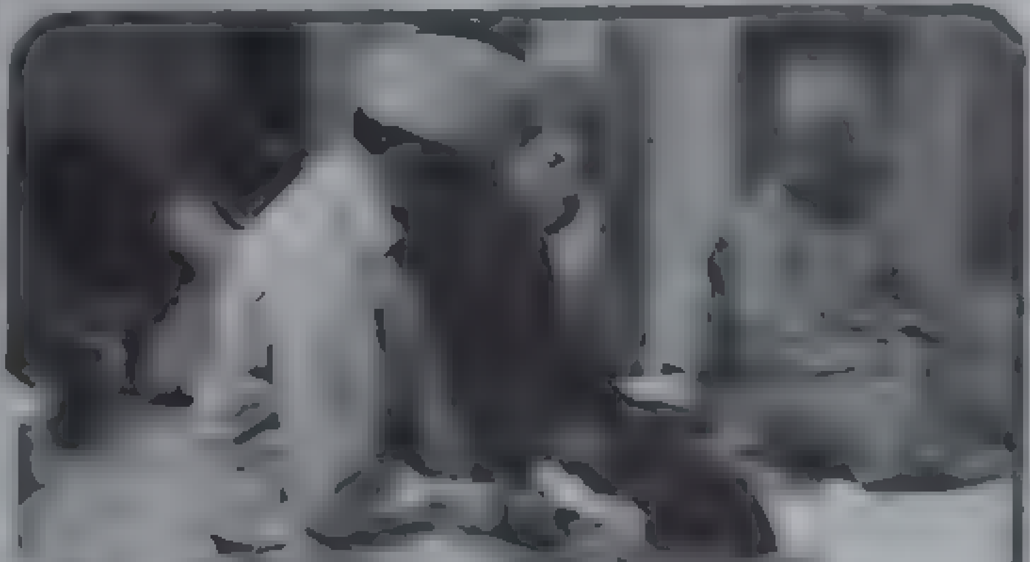
رانا محمد ابرار صاحب واہل خانہ کی جانب سے ربیع الاوّل کے بابرکت ساعتوں میں ایک عظیم الشان محفل میلاد النبیؐ کا اہتمام مورخہ 25 فروری 2011ء کو ان کے دولت کدے داتا نگر، بادامی باغ لاہور، میں کیا گیا۔ محفل کا آغاز تلاوت قرآن مجید سے ہوا۔ تلاوت کے بعد حمد باری تعالیٰ اور نعت رسول مقبول کی سعادت کراچی سے تشریف لائے ہوئے معروف نعت خواں جناب محمد زکریا شیخ الاشرفی نے حاصل کی۔ بعد ازاں [illegible] نقشبندی، [illegible] شہزاد مدنی و دیگر نے بارگاہ رسالت میں گلہائے عقیدت پیش کیا۔ محفل کا انتظام بہت عمدہ اور [illegible] نے بہت ہی ذوق و شوق سے شرکت کی۔ محفل کے آخر میں لنگر کا اہتمام کیا گیا تھا۔ اس محفل کی کامیابی میں رانا محمد ابرار و برادران کے علاوہ معروف نعت خواں الحاج رفیق ضیاء قادری کی کاوشیں شامل تھیں۔

رحیم بخش گروپ آف انڈسٹریز کے زیر اہتمام سالانہ محفل نعت

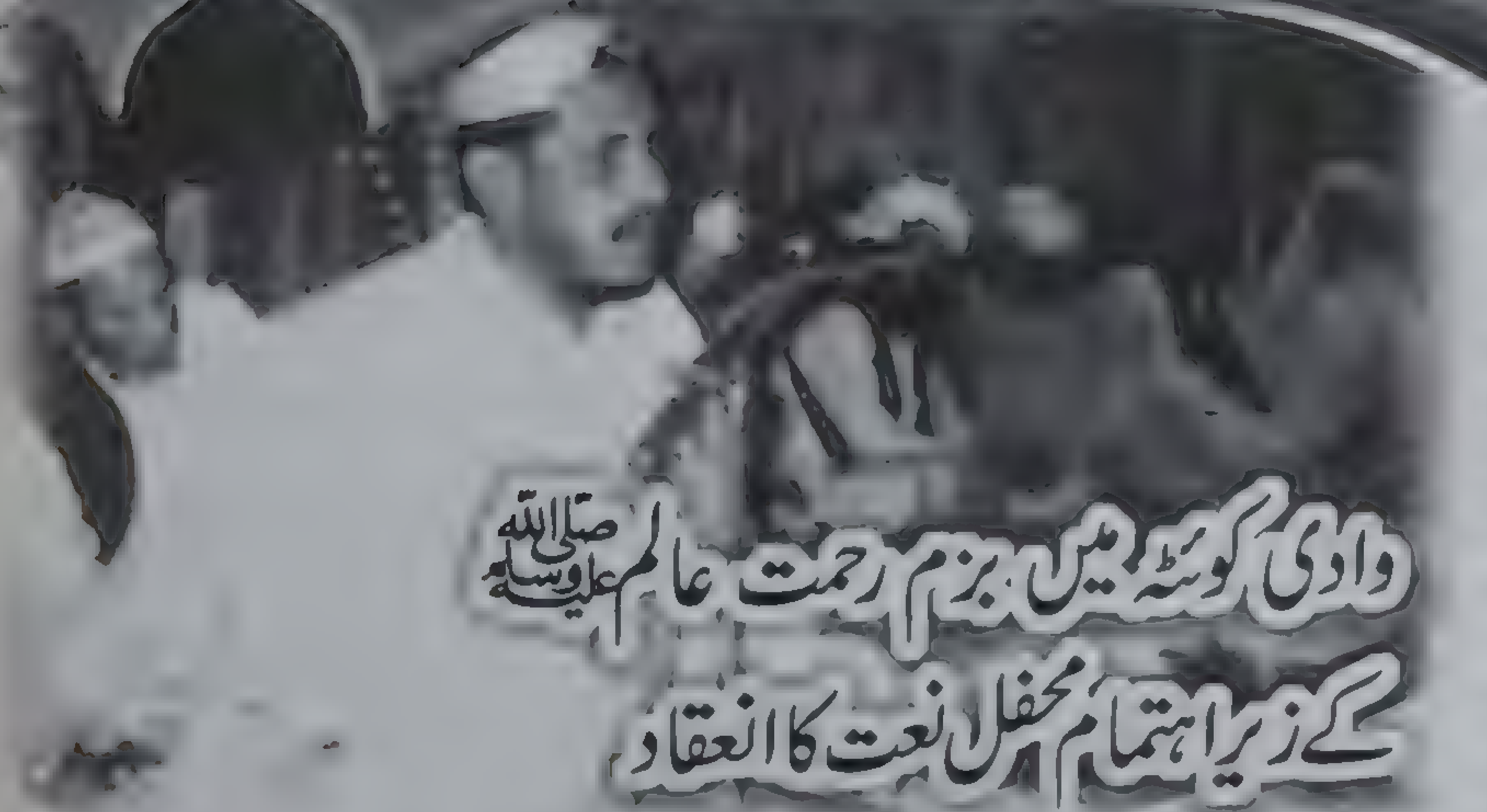
گزشتہ سالوں کی طرح امسال بھی رحیم بخش گروپ (ملتان) کے زیر اہتمام سالانہ عظیم الشان محفل مقدسہ کا اہتمام 15 فروری 2011ء بمطابق بارہویں شب ربیع الاوّل بمقام Events ابدالی روڈ ملتان کیا گیا۔ محفل مقدسہ کا آغاز تلاوت قرآن مجید سے ہوا تلاوت کے بعد ملتان کے مقامی نعت خوانوں نے گلہائے عقیدت کی اور رئیس احمد نے کائنات ﷺ کی عقیدت

سعادت حاصل کی۔ اس کے بعد کراچی سے تشریف لائے ہوئے مہمان ثناء خوانوں جناب عامر فیاضی، فیصل حسن نقشبندی، زکریا شیخ الاشرفی، ندیم خان سلطانی بحضور سرور گلہائے

سعادت حاصل کی۔ حسب روایت محفل کے آخر میں حضرت علامہ سید مظہر سعید شاہ کاظمی نے حاضرین سے مولود النبیؐ کے حوالے سے خصوصی خطاب کیا۔ بعد ازاں بوقت سحر درود و سلام اور دعا پر اس محفل کا اختتام ہوا۔ محفل کے میزبان میاں منیر صاحب واہل خانہ بہت خلوص و محبت سے اس محفل کا انتظام و انصرام کرتے ہیں جو کہ دیدنی ہوتا ہے۔ محفل کے [illegible] میں جناب کلیم صاحب اور جناب جاوید ریاض صاحب شامل تھے۔



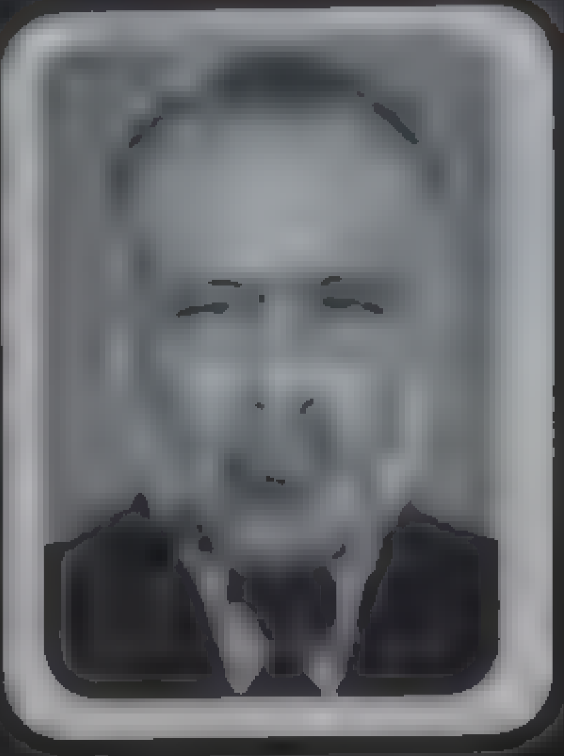
حسن اختر
کی
مطبوعات
حرفِ راز
وسلموا تسلیما
ہدیۂ دل
البیان
AL-BAYAN
THE WAY OF THE EXALTED PROPHET
ملنے کا پتہ
عبید حسن اختر
11B' 11th سینٹرل اسٹریٹ فیز-II' ڈی ایچ اے' کراچی۔
0300-8213221



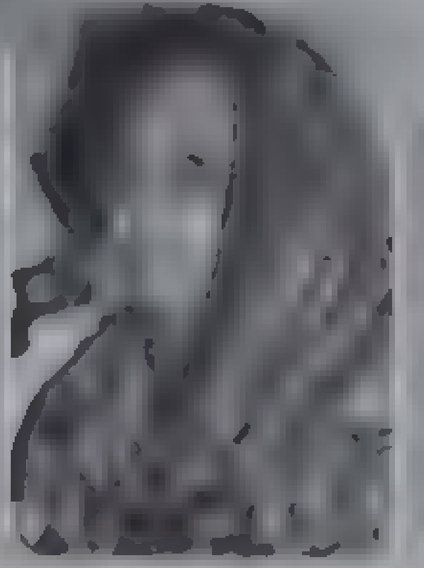
وادی کوئٹہ میں بزم رحمت عالم ﷺ کے زیر اہتمام محفل نعت کا انعقاد

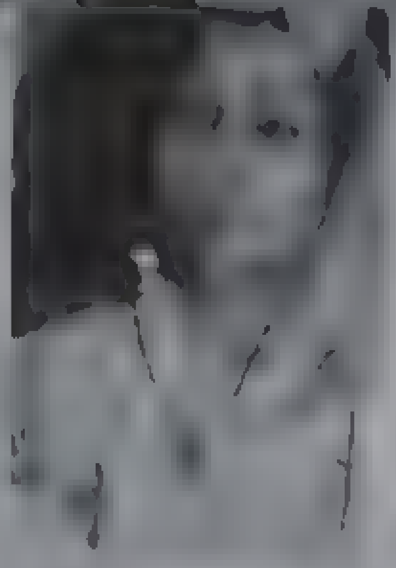
وادی کوئٹہ میں بزم رحمت عالم گلشن ٹاؤن کوئٹہ کے زیر اہتمام ایک [illegible] محفل نعت کا انعقاد کیا گیا۔ محفل نعت کا باقاعدہ آغاز تلاوت کلام پاک سے ہوا۔ [illegible] کے معروف نعت خواں محمد ارشد اعظم اور ان کے ہمراہ نعت خواں ارشد [illegible] تھے۔ بزم رحمت عالم گلشن ٹاؤن کوئٹہ کی دعوت پر اسٹیج پر [illegible] تھے۔ اسٹیج سیکریٹری محمد ارشد ملک تھے۔ کوئٹہ کے جن مقامی نعت خواں حضرات نے ہدیہ نعت پیش کرنے کی سعادت حاصل کی ان میں [illegible] محمد شفیق چشتی، محمد اعظم فریدی، ارشد اقبال ملک، [illegible] رضا صدیقی، عبد الحمید قادری، اور [illegible] احمد معصومی شامل تھے۔ بزم رحمت عالم کوئٹہ کو یہ سعادت بھی حاصل رہی ہے کہ قبل ازیں ملک پاکستان کے معروف نعت خواہان میں جناب محمد اویس قادری، سید منظر قادری، غلام مصطفےٰ قادری وغیرہ کو بھی مدعو کر چکی ہے اور اس سال کراچی سے آئے ہوئے شہرت یافتہ نعت خواں محمد ارشد اعظم اور محمد ارشد لودھی نے شرکت کر کے اپنے اپنے خوبصورت اور منفرد انداز میں نذرانہ گلہائے عقیدت پیش کر کے محفل پاک میں سماں باندھ دیا۔ ہر طرف سے سبحان اللہ کی صدائیں بلند ہوتی رہیں۔ محفل پاک ہر لحاظ سے منفرد اور منظم تھی۔ محفل میں بچے بڑے پرنم ہوتے نظر آئے اور جب ارشد اعظم صاحب نے یہ کلام پیش کیا کہ ”جس نے مدینے جانا کر لو تیاریاں“ تو پنڈال میں حاضرین پر ایک کیف طاری ہو گیا اور پوری محفل ساتھ ساتھ پڑھنے لگی۔ محفل پاک کی کامیابی اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم اور نبی کریم ﷺ کے صدقے سے بزم رحمت عالم کوئٹہ کے اراکین کی محنت اور خلوص نیت کا نتیجہ تھی جس میں بھائی حاجی آفاق احمد، مظفر احمد، حاجی مظہر حسین، حاجی غلام سرور، محمد یوسف، بابر یوسف، محمد سلیم، محمد عظیم شامل تھے۔ محفل پاک میں پیر محمد شفیق چشتی خلیفہ محمد صابر شیخ کے علاوہ علمائے کرام، مشائخ عظام، صوفیائے کرام اور حاضرین کی بڑی تعداد نے شرکت کی۔ آخر میں درود وسلام کے بعد عالم اسلام کے استحکام اور پاکستان بالخصوص کوئٹہ بلوچستان میں امن وامان کیلئے خصوصی دعائیں مانگی گئیں۔

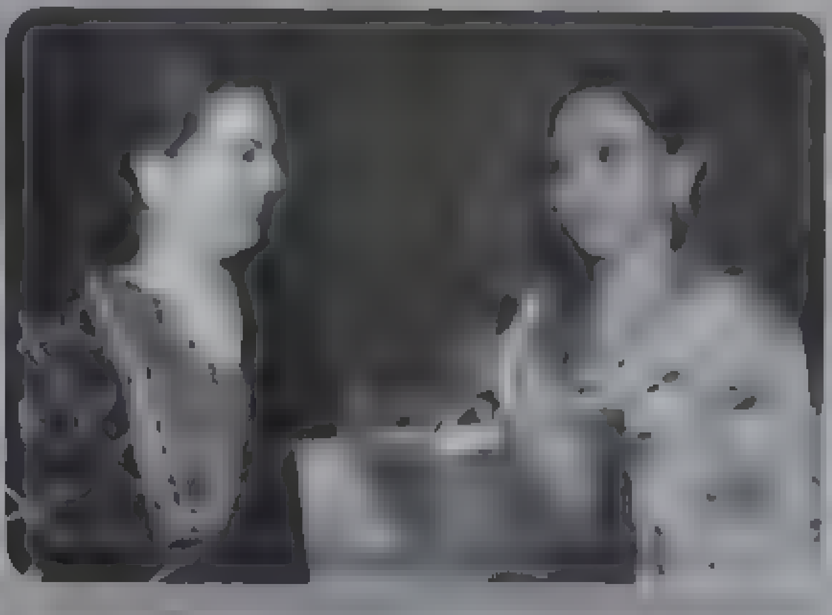
عید سعید کی خوشیاں دوچند کرتی نعت نیوز کی تازہ اشاعت پر مبارک باد پیش کرتے ہیں

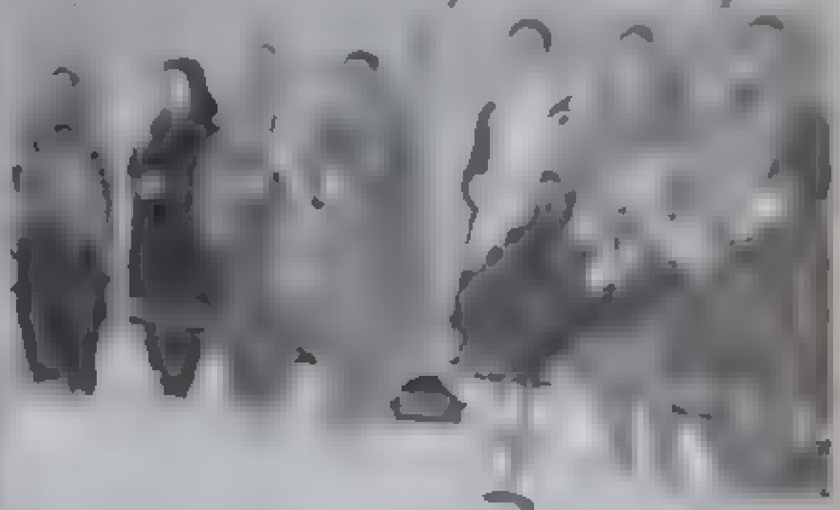


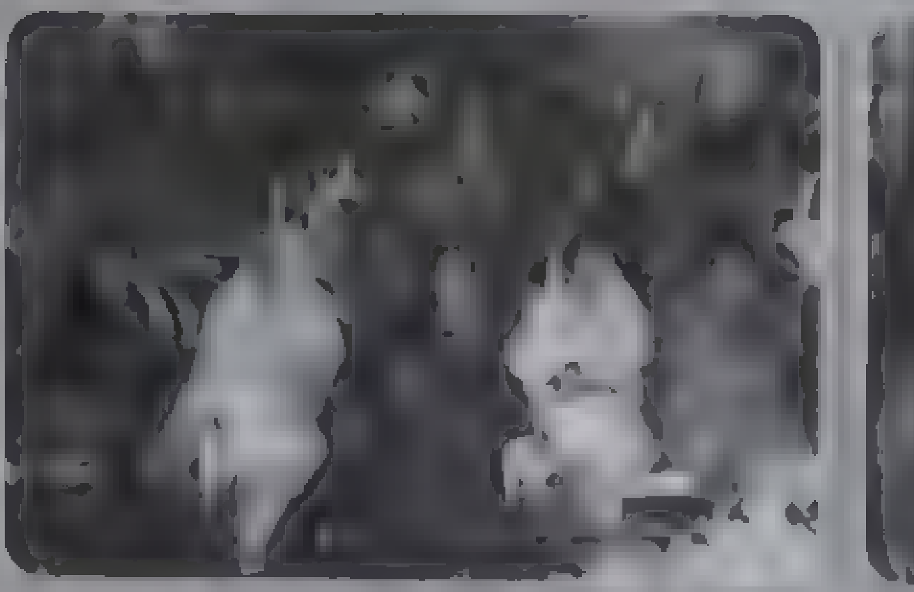
منجانب: طارق رشید
Representative Kahkashan Art Council of USA
International Group Organization & Promoter
Mob: 0322-2045849

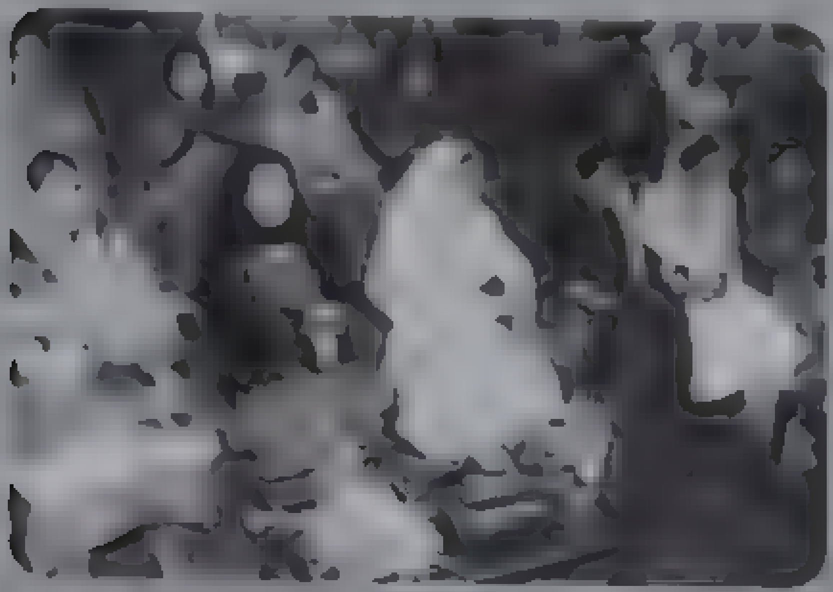












سوئی سدرن گیس کمپنی لمیٹڈ کے زیر اہتمام عظیم الشان محفل میلاد النبی برائے خواتین

رپورٹ: محمد علی گوہر، ڈپٹی چیف منیجر (CCD/SSGC)

سوئی سدرن گیس کمپنی لمیٹڈ نے اپنی اعلیٰ روایات کو برقرار رکھتے ہوئے ہیڈ آفس آڈیٹوریم میں 8 مارچ 2011ء کو انتہائی روح پرور محفل میلاد النبی ﷺ برائے خواتین کا انعقاد کیا۔ اس محفل کو آراستہ کرنے کا اعزاز کارپوریٹ کمیونیکیشن ڈپارٹمنٹ نے حاصل کیا۔ آڈیٹوریم کے اسٹیج اور دیوارں کو دیدہ زیب انداز میں پھولوں کی جھالروں سے سجایا گیا تھا۔ سیدہ نسرین حسین ڈی جی ایم (سی سی ڈی) نے اس تزئین و آرائش کی خود نگرانی کی اور محفل گاہ کو انتہائی پُررونق بنانے میں بنیادی کردار ادا کیا۔

منیجنگ ڈائریکٹر ڈاکٹر فیض اللہ عباسی کی اہلیہ محترمہ سیما فیض اللہ عباسی اور ایم ڈی صاحب کی ہمشیرہ آپا تسنیم صاحبہ نے اس محفل مبارک میں خصوصی طور پر شرکت فرمائی اور اعلیٰ حسن انتظام پر کارپوریٹ کمیونی کیشن ڈپارٹمنٹ کی کاوشوں کو سراہا۔ کمپنی کی سینئر مینجمنٹ کے اعلیٰ افسران کی بیگمات اور کراچی ریجن کی SSGC کی خواتین افسران اور ملازمین نے بھی بھرپور شرکت کی۔ معروف شخصیت محترمہ زبیدہ طارق نے بھی خصوصی شرکت کی۔

اس محفل مبارک میں شعبہ نعت سے وابستہ معروف خواتین شاہ خوانوں سے وابستہ ... نے بھی خصوصی شرکت کی۔

تمام مہمانانِ گرامی اور حاضرین محفل کی تشریف آوری کے فوری بعد محفل کے آغاز کا سلسلہ شروع ہوا۔

معروف نعت خواں و کمپیئر محترمہ سیدہ زینب نے اپنے دل نشیں انداز میں اس محفل کی نظامت کے فرائض سرانجام دیے۔

اس محفل پُرتقدیس کا باقاعدہ آغاز قاریہ تحریم منیبہ کی قرأت سے ہوا۔ حمد و نعت اور درود وسلام کے نذرانوں نے محفل کو انتہائی روح پرور بنادیا تھا۔ اعلیٰ روحانی اور سکون آور نغمات طیبات نے ہر سامع کو گل ہائے عقیدت کا گرویدہ اور آقا ﷺ سے محبت کا نشان بنادیا تھا۔

معروف اسکالر محترمہ جہاں آرا لطفی صاحبہ، اسسٹنٹ پروفیسر شیخ زید اسلامک سینٹر، جامعہ کراچی نے دینِ اسلام کے تقاضوں کو سمجھنے اور نبی کریم ﷺ کے اسوہ حسنہ پر عمل پیرا ہونے کی ضرورت پر خصوصی گفتگو کی۔ انہوں نے موجودہ دور میں بے راہ روی، اخلاقی پستی اور بے حسی جیسی برائیوں پر قابو پانے کے لیے انفرادی اور اجتماعی کاوشوں پر زور دیا۔

پاکستان کی صف اول کی نامور ثناء خواں محترمہ منیبہ شیخ اور محترمہ تابندہ لاری نے اپنے دل نشیں انداز میں گل ہائے عقیدت بحضور آقائے نامدار ﷺ پیش کرکے حاضرین محفل سے خوب داد و تحسین وصول کی۔ مستقل سبحان اللہ، ماشاء اللہ کی صداؤں نے آڈیٹوریم کو خوب باادب بنائے رکھا۔

مشہور خواتین نعت خوانوں نزہت فاطمہ انصاری، سیدہ زینب، عروج ناز نظامی اور تحریمہ منیبہ نے اپنی خوبصورت اور دل ربا آواز میں گل ہائے عقیدت پیش کیے۔ جو پُرکیف اور معروف نعتیں پیش کی گئیں وہ تھیں۔

1 - رسول مجتبیٰ کہیے محمد مصطفےٰ کہیے — منیبہ شیخ

2 - یہ نعت مصطفےٰ کا معجزہ ہے — تابندہ لاری

3 - خدا کی عظمتیں ... محمد مصطفےٰ جانے — سیدہ زینب

4 - اک محمد میں کمال رکھا ہے — عروج ناز نظامی

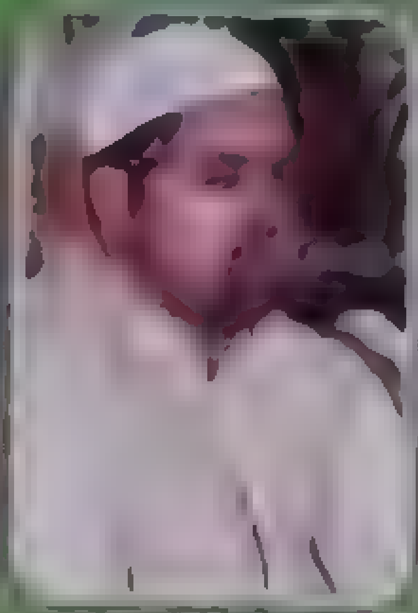
5 - میں نظریں اٹھاؤں کہ دل کو سنبھالوں — نزہت انصاری

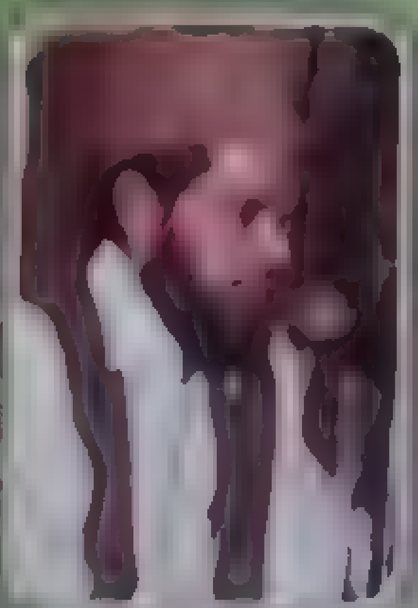
6 - گل از رخت آموختہ نازک بدنی را — تحریم منیبہ

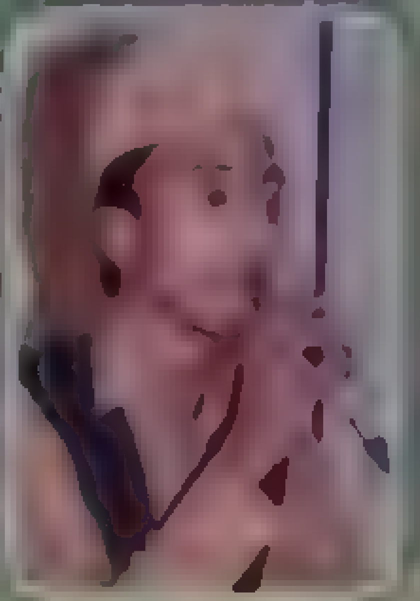
اس پروگرام میں SSGC کی خواتین نعت خوانوں ثائمہ بیگ، مونا امبر (میٹریلز مینجمنٹ ڈپارٹمنٹ) عائشہ عمران، نورین شجاعت (سیکورٹی سروسز ڈپارٹمنٹ) صبا ثاقب (سی ایف او آفس) اور مہ جبین زہرہ (ایس جی ایم ٹی آفس) نے مختلف مشہور درود وسلام کے اشعار پیش کرکے محفل کے کیف کو اور بھی دوبالا کردیا تھا۔

اس محفل میں محترمہ منیبہ شیخ نے خصوصی مناجات پیش کی۔ مذکورہ تمام ثناء خوانوں اور محفل گاہ میں موجود خواتین نے ہدیہ درود وسلام پیش کیا۔ بعدازاں محترمہ جہاں آرا لطفی نے اثرانگیز دعا کروائی۔ تمام معزز مہمانانِ گرامی اور ثناء خوانوں کی خدمت میں تحائف پیش کیے گئے اور ان کی تواضع کی گئی۔ اس اعلیٰ اور کامیاب محفل کے انعقاد کے پس پردہ کارپوریٹ کمیونی کیشن ڈپارٹمنٹ اور ایڈمن سروسز ڈپارٹمنٹ کا بہترین ٹیم ورک ہے۔ اس محفل کے انعقاد کے لیے راقم الحروف نے معاون خصوصی کے طور پر اپنی خدمات پیش کیں۔ جن مہمان خواتین ثناء خوانوں کو مدعو کیا گیا تھا انہوں نے SSGC آڈیٹوریم کی سجاوٹ اور حسن انتظام کو انتہائی یکتا اور اعلیٰ ذوق کا مرقع قرار دیا۔ اختتام محفل پر تمام حاضرین میں مٹھائی تقسیم کی گئی۔

انھیں انشا ہوتی تھیں۔
اس موقع پر معروف مذہبی اسکالر اور ... یونیورسٹی کے شعبہ عربی کے پروفیسر ڈاکٹر اسحاق منصوری نے "سیرت محمدی ﷺ کا پیغام ... اکیسویں صدی کے مسلمان کے نام" کے عنوان سے نہایت فصیح و بلیغ تقریر کی۔ انہوں نے نہایت اختصار کے ساتھ موجودہ دور کے مسلمانوں میں پائی جانے والی بعض اہم خامیوں کی نشاندہی کرتے ہوئے انہیں دور کرنے کی تلقین کی۔ انہوں نے تمام حاضرین سے درخواست کی کہ گھروں میں اپنے بچوں کو قرآن کی تعلیم







سوئی سدرن گیس کمپنی کے زیر اہتمام روح پرور محفل میلاد النبی ﷺ برائے حضرات

رپورٹ: عنایت اللہ اسماعیل (ڈپٹی چیف منیجر، میڈیا ریلیشنز/SSGC)

سوئی سدرن گیس کمپنی کے کارپوریٹ کمیونیکیشن ڈپارٹمنٹ کی جانب سے ماہ ربیع الاول کی مناسبت سے محفل میلاد کا انعقاد اب ایک مستقل اور اعلیٰ روایت بن چکی ہے۔ اس سال 15 مارچ 2011ء کو ملازمین حضرات کے لیے ایک انتہائی پُرکیف اور خوبصورت محفل میلاد کا انعقاد کیا گیا۔ اس موقع پر ہیڈ آفس کے آڈیٹوریم کو نہایت خوبصورتی اور عمدگی سے سجایا گیا تھا۔ اس تزئین و آرائش میں کارپوریٹ کمیونیکیشن ڈپارٹمنٹ کی سربراہ محترمہ نسرین حسین کا ذوق زیبائش خاص طور پر نمایاں تھا۔

محفل کا آغاز ٹھیک 3 بج کر 5 منٹ پر تلاوت قرآن حکیم سے ہوا۔ بعد ازاں محترمہ نسرین حسین صاحبہ نے خطبہ استقبالیہ پیش کیا۔ محفل میلاد کے ابتدائی حصے میں حسب روایت کمپنی کے ملازمین قاری رئیس احمد، ایگزیکٹیو (کسٹمرز سروسز)، محمد رضوان انصاری، ایگزیکٹو (کارپوریٹ کمیونی کیشنز) ذیشان اسلم، اسسٹنٹ منیجر (انٹرنل آڈٹ) اور محمد قطب الدین، ڈی سی ایم (ایچ آر) نے بارگاہ خداوندی اور خدمت رسالت ﷺ میں حمد و نعت کے ہدایائے عقیدت نہایت عمدگی سے پیش کر کے سامعین سے داد و تحسین حاصل کی۔

نقیب محفل محمد علی گوہر، ڈپٹی چیف منیجر (کارپوریٹ کمیونی کیشنز) تھے۔ جنہوں نے نہایت مہارت اور منجھے ہوئے انداز سے نظامت کے فرائض سرانجام دیئے۔ قابل تحسین بات یہ ہے کہ وہ حمد و نعت کی بڑی بڑی محافل کے علاوہ مذہبی و سماجی تقریبات کی نظامت کے حوالے سے بھی ایک تجربہ کار اور معروف کمپیئر کی حیثیت سے جانے پہچانے جاتے ہیں۔

وطن عزیز کے نامور ثناء خواں حضرات ذوالفقار علی، سید خالد حسین شاہ، مکرم علی خان، حسان خورشید، وسیم احمد کھوکھر، محمد اسلم حسانی اور قاری محمد اکبر قریشی نے اپنے دل نشیں انداز میں خوب صورت نعتوں کے ہدیئے پیش کیے۔ ذوالفقار علی نے مشہور نعت "در نبی پر پڑا رہوں گا پڑے ہی رہنے سے کام ہوگا"۔ سید خالد حسین نے "کھلا ہے سبھی کے لیے باب رحمت وہاں کوئی رتبے میں ادنیٰ نہ عالی"، حسان خورشید نے مشہور زمانہ نعت "کوئی سلیقہ ہے آرزو کا نہ بندگی میری بندگی ہے" جبکہ مکرم علی خان نے قصیدہ بردہ شریف کو اردو ترجمہ کے ساتھ پیش کیا۔ اسلم حسانی نے دف پر معروف نعتیہ کلام پیش کیے جبکہ وسیم احمد کھوکھر نے ولادت کے حوالے سے خوبصورت کلام پیش کیا۔ تمام نعت خواں حضرات کو حاضرین نے بھرپور داد و تحسین سے نوازا اور تمام وقت آڈیٹوریم سبحان اللہ کی صداؤں سے گونجتا رہا۔ محفل کے دوران حاضرین مجلس پر رقت سی طاری ہو گئی تھی اور ان کی

سے اچھی طرح روشناس کرائیں کیونکہ یہی ہماری اصل بنیاد ہے۔ معروف سلام "مصطفیٰ جان رحمت پہ لاکھوں سلام" اور "یا رسول اللہ تیرے در کی فضاؤں کو سلام" پیش کرنے کے بعد دعا کا اہتمام کیا گیا۔

سید حسن نواب، ڈپٹی منیجنگ ڈائریکٹر (نارتھ) نے محفل کے اختتام پر تمام مہمان نعت خواں حضرات کی خدمت میں تحائف پیش کیے اور اس محفل میں شرکت کرنے پر ان کا شکریہ ادا کیا۔ تمام حاضرین مجلس میں پروگرام کے اختتام پر مٹھائی تقسیم کی گئی جبکہ مہمان حضرات کی عصرانے سے تواضع کی گئی۔

باقی بقیہ نمبر 1

معروف شاعرِ نعت سید صبیح رحمانی کے اعزاز میں ممبئی میں محفلِ نعت کا انعقاد

رپورٹ: شیخ عبدالغنی چشتی

عروس البلاد ممبئی میں 8 مارچ 2011 کو خانقاہ قادریہ بدایوں شریف کے ذیلی ادارہ تاج الفحول اکیڈمی شاخ ممبئی کے زیر اہتمام معروف پاکستانی نعت گو شاعر، نعت خواں اور نعتیہ ادیب کے عالمی مجلہ "نعت رنگ" کے مدیر اعلیٰ سید صبیح رحمانی کے اعزاز میں ایک محفل نعت کا انعقاد کیا گیا، یہ محفل نعت برلا ہال، گرگام چوپاٹی میں منعقد کی گئی جس کی صدارت خانقاہ قادریہ بدایوں شریف کے ولی عہد ممتاز محقق و ناقد مولانا اُسید الحق قادری نے فرمائی۔ مولانا خوشتر نورانی مدیر اعلیٰ ماہنامہ جام نور دہلی اور صاحبزادہ مولانا عطیف قادری بدایونی مہمان خصوصی کے طور پر شریک محفل تھے۔ محفل میں ممتاز صحافی جناب ندیم صدیقی صاحب نے فروغ نعت کے حوالے سے صبیح رحمانی کی خدمات پر مقالہ پڑھا۔ انہوں نے کہا کہ "اردو ادب میں صنف نعت کا صحیح مقام و مرتبہ متعین کروانے کے سلسلے میں صبیح رحمانی نے سیدانہ کردار ادا کیا ہے۔" مولانا خوشتر نورانی نے صبیح رحمانی کی نعتیہ خدمات کا تفصیلی تعارف کرواتے ہوئے کہا کہ "نعت پر تحقیق و تنقید کے سلسلے میں اردو ادب میں صبیح رحمانی نے تجدیدی کارنامہ انجام دیا ہے"۔ مولانا اسید الحق قادری نے اپنے صدارتی خطاب میں نعت کے آغاز و ارتقاء اس کی شرعی اور ادبی حیثیت پر روشنی ڈالی، ساتھ ہی آپ نے نعت کے فروغ و ارتقاء کے سلسلے میں خانقاہ قادریہ بدایوں شریف کی خدمات کا بھی ذکر فرمایا۔ انہوں نے فروغ نعت کے سلسلہ میں نعت رنگ اور صبیح رحمانی کی خدمات کا اعتراف کرتے ہوئے کہا کہ "صبیح رحمانی کی یہ ایسی خدمات ہیں جو انہیں دنیا اور آخرت دونوں جگہ سرخ رو کرنے والی ہیں"۔ خانقاہ قادریہ کی جانب سے صبیح رحمانی کی خدمت میں "اعتراف خدمات" کے طور پر مولانا عطیف قادری اور الحاج حافظ عبدالقیوم قادری منتظم خانقاہ قادریہ بدایوں شریف کے ہاتھوں سپاس نامہ پیش کیا گیا۔ آخر میں سید صبیح رحمانی نے اپنے تاثرات کا اظہار فرماتے ہوئے کہا کہ "خانقاہ قادریہ کی جانب سے مجھے دیا جانے والا یہ اعزاز میرے لیے کسی بڑے سے بڑے ایوارڈ سے بھی زیادہ اہم ہے"۔ انہوں نے خانقاہ قادریہ کے صاحب سجادہ حضرت شیخ عبدالحمید سالم میاں قادری صاحب سے اپنی عقیدت و محبت اور ان کی شفقتوں کا ذکر فرمایا اور اس اعزاز پر اراکین خانقاہ کا شکریہ ادا کیا۔ پھر انہوں نے اپنے مخصوص لب و لہجہ پر سوز ترنم میں نعت رسول کا نغمہ بلند کیا اور سامعین پر ایک کیفیت طاری ہوگئی۔ آخر میں تاج الفحول اکیڈمی شاخ ممبئی کے سیکریٹری الحاج انیس پٹیل قادری نے حاضرین کا شکریہ ادا کیا۔ محفل میں ممبئی کی اہم علمی اور ادبی شخصیات کے علاوہ کثیر تعداد میں سامعین نے شرکت کی۔

نعت ریسرچ سینٹر

نعت کے ادبی فروغ اور تحقیقی ضرورتوں کے پیش نظر کراچی میں "نعت ریسرچ سینٹر" کا قیام عمل میں لایا گیا ہے۔ اس ادارے کے ذریعے ہم نعت شناسی اور نعت فہمی کا جذبہ بیدار کرنے اور فروغ نعت کے لیے درج ذیل منصوبوں پر کام کرنے کا آغاز کر چکے ہیں۔

۱۔ حمد و نعت پر اب تک تمام زبانوں میں شائع ہونے والے تخلیقی، تحقیقی، تالیفی اور تدوینی نوعیت کے کاموں کو یکجا کیا جا رہا ہے جس میں غیر مطبوعہ دواوین، مقالے اور کتابیں بھی شامل کی جا رہی ہیں۔

۲۔ حمد و نعت کے مختلف تربیتی کورسز، سیمینار، مقابلے، مباحثے، مشاعرے اور محفل منعقد کیے جا رہے ہیں

۳۔ کتب حمد و نعت بالخصوص تحقیقی مقالوں کی اشاعت کی حوصلہ افزائی اور ان کی اشاعت کا اہتمام کیا جا رہا ہے اور انہیں اشاعت کے بعد دنیا کے اہم تعلیمی اداروں اور لائبریریوں میں بھیجا جا رہا ہے۔

۴۔ حمد و نعت کے حوالے سے نمایاں تحقیقی اور تنقیدی کتابوں پر ایوارڈ پیش کرنے اور سال کے بہترین حمدیہ نعتیہ مجموعوں پر ایوارڈ دیے جانے کا منصوبہ بھی زیر غور ہے۔

۵۔ حمد و نعت کی آڈیو وڈیو لائبریری قائم کی گئی ہے۔

۶۔ نعت گو شعرا اور نعت خوانوں کے تذکروں کی اشاعت کا اہتمام کیا جا رہا ہے تاکہ نعت گوئی اور نعت خوانی کے ارتقائی سفر کا عہد بہ عہد جائزہ لیا جا سکے۔

۷۔ اہم اور ممتاز نعت گو شعرا پر مقالے اور کتابیں لکھوائی جا رہی ہیں تاکہ تاریخِ ادب میں ان کے کارناموں کا بھرپور تعارف ہو سکے۔ ہمیں اس عظیم کام کو وسعت دینے کے لیے آپ کے مزید تعاون کی ضرورت ہے۔

برائے عطیات

A/C Title : NAAT RESEARCH CENTRE
A/C No : 0120031965
Alied Bank Limited, Buffarzone Branch (0719)
Karachi Pakistan

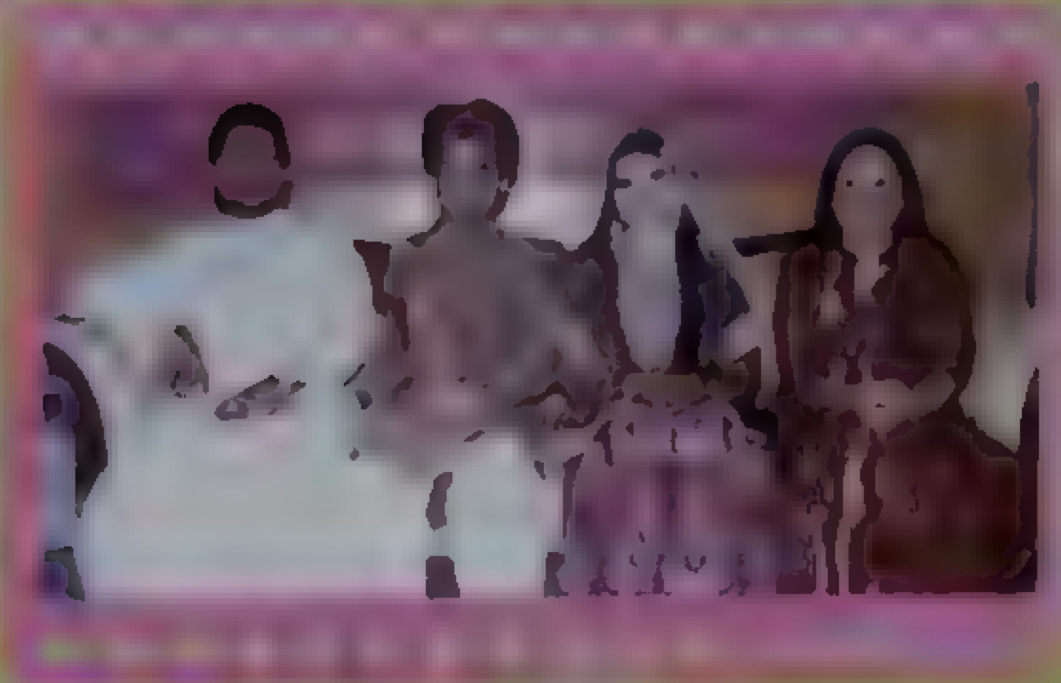
خط و کتابت کے لیے

B-50 Sector 11/A North Karachi-75850 Pakistan
E-mail: sabeerehamani@gmail.com
naatrc@gmail.com
website: www.naatresearchcentre.com
Mobile:+92-3332457575

معروف نعت خواں ریحان قریشی کی شادی خانہ آبادی

معروف نعت خواں ریحان قریشی کی شادی خانہ آبادی کی تقریب، 13 جولائی 2011ء روز گارڈن کراچی میں منعقد کی گئی جبکہ ولیمہ مسنون کی تقریب 18 جولائی 2011ء کو گیمبر گارڈن کراچی میں منعقد ہوئی۔ شادی کی تقریب میں دولہا، دولہن کے خاندان کے افراد کے علاوہ شعبہ نعت سے تعلق رکھنے والے معروف شخصیات نے شرکت کی جن میں معروف اسکالر ڈاکٹر عامر لیاقت حسین، فیصل حسن نقشبندی، جاوید مرغوب، ریحان صدیقی، سید اقبال، مرزا وسیم بیگ، عظیم الزماں قادری، راؤ برادران، علامہ فیروز رحمانی، پیر اعجاز علی نقوی، میاں دلشاد احمد، حامد علی سعیدی ودیگر شامل تھے۔ ادارہ اس نوبیاہتا جوڑے کی خوشیوں اور کامیابیوں کے لیے دعا گو ہے۔

معروف کمپیئر سیدہ ندا کاظمی کی شادی خانہ آبادی

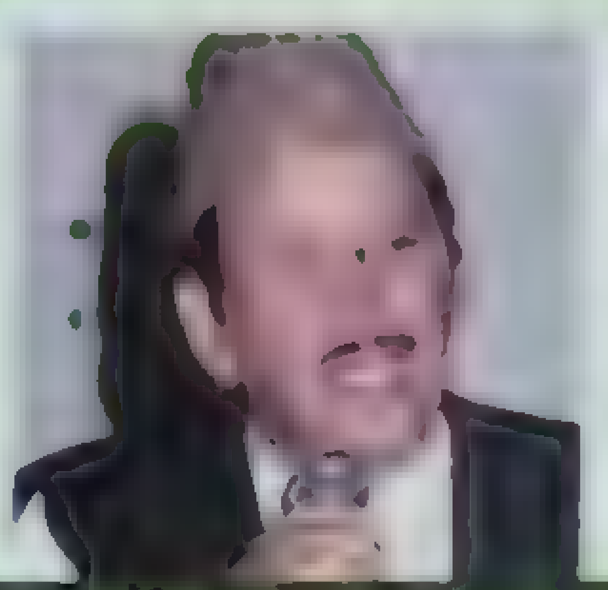


معروف کمپیئر سیدہ ندا کاظمی کی شادی خانہ آبادی محترم نسیم احمد کے ساتھ مورخہ، 03 دسمبر 2010ء باب العروس، ناظم آباد کراچی میں انجام پائی۔ شادی کی تقریب میں دلہا، دلہن کے خاندان کے افراد کے علاوہ شعبہ نعت اور الیکٹرانک میڈیا سے تعلق رکھنے والی معروف شخصیات نے شرکت کی جن میں معروف نعت گو و نعت خواں سید صبیح الدین رحمانی، معروف نعت خواں الحاج صدیق اسماعیل، معروف کمپیئر عظمیٰ زیدی، نعت نیوز کے ایڈیٹر محمد زکریا شیخ الاشرفی، ARY/QTV سے پروڈکشن ہیڈ ماریہ خان، ڈائریکٹر نادر شاہ، ڈائریکٹر ظفر اشرفی، پروڈیوسر محمد عمران لشکر والا ودیگر شامل تھے۔ شادی سے قبل رسم مایوں کے موقع پر ایک محفل نعت کا انعقاد بھی کیا گیا جس میں معروف نعت خواں حدیہ نعیم، اور سعدیہ کاظمی نے خصوصی طور پر بارگاہ رسالتؐ میں گلہائے عقیدت پیش کیے۔ ادارہ اس نوبیاہتا جوڑے کی خوشیوں اور کامیابیوں کے لیے دعا گو ہے۔

تھرڈ فلور بیگ بلڈنگ نزد یو بی ایل بینک این جے مودی اسٹریٹ آئی آئی چندریگر روڈ کراچی۔
فون: 021-32218197 فیکس: 021-32213839
E-mail: jazbadaily@gmail.com

محترم خالد احسان صاحب کی جانب سے عید میلاد النبی ﷺ کے موقع پر محفل نعت کا انعقاد

محترم خالد احسان صاحب اور اُن کے اہل خانہ کی جانب سے گذشتہ سالوں کی طرح امسال بھی عید میلاد النبیﷺ کے موقع پر ایک انتہائی خوبصورت اور روحانی محفل نعت کا انعقاد جی گزدہ لان گلشن اقبال کراچی میں مورخہ 26 فروری 2011ء کو کیا گیا۔ محفل کا آغاز تلاوت قرآن مجید اور حمد رب جلیل سے ہوا جس کی سعادت جناب ابرار حسین صاحب نے حاصل کی۔ محفل میں نظامت کے فرائض رئیس احمد صاحب نے انجام دیے جبکہ ناصر حنیف، عامر فیضی، حسان خورشید، محمد زکریا شیخ الاشرفی، محمد ابرار حسین اور صدارتی ایوارڈ یافتہ نعت خواں آغا گوہر علی (حیدرآباد) اور قاری وحید ظفر قافی نے بحضور سرور کائنات ﷺ گلہائے عقیدت پیش کرنے کی سعادت حاصل کی، بالخصوص قاری وحید ظفر قافی نے جب پیر مہر علی شاہ صاحب کا کلام پیش کیا تو حاضرین محفل پر حضوری کی کیفیت طاری ہوگئی۔ محفل کے انتظامات اور روحانیت میں خالد احسان صاحب اور ان کے اہل خانہ کا اخلاص نظر آتا ہے، محفل کا اختتام درود وسلام اور دعا پر ہوا، جس کے بعد حاضرین کے لئے مشائیکا انتظام کیا گیا تھا۔



نویں سالانہ محفل صدائے مدینہ

ملک تاج دین قادری، ملک محمد اکبر تاج عطاری قادری، ملک محمد احمد تاج قادری اور ملک محمد شہزاد تاج قادری کے زیر اہتمام 22 مارچ 2011ء میں نویں سالانہ عظیم الشان محفل صدائے مدینہ کا اہتمام قادری ہاؤس طور اسٹریٹ نزد امدینہ [redacted] لاہور میں کیا گیا۔ محفل کا آغاز تلاوت قرآن مجید سے ہوا جس کی سعادت قادری غلام رسول نے حاصل کی۔ جبکہ بحضور سرور کائنات ﷺ گلہائے عقیدت پیش کرنے کی سعادت حاجی محمد افضل قادری، محمد عابد رؤف شعیب رضا عطاری و دیگر نے حاصل کی۔ محفل سے خصوصی خطاب دعوت اسلامی کے مبلغین نے کیا۔ محفل کے دوران حاضرین میں محفل کے دعوت نامے کے علاوہ بھی پیش کیے گئے۔ محفل کا اختتام درود وسلام اور دعا پر ہوا۔ محفل کے اختتام پر حاضرین کو موئے مبارک کی زیارت کروائی گئی۔ ملک محمد اکبر تاج قادری اس حوالے سے خوش نصیب ہیں کہ ان کے پاس حضور اکرم ﷺ کے موئے مبارک کے ساتھ ساتھ مولا علی کرم اللہ وجہہ الکریم اور حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی رحمۃ اللہ علیہ کے موئے مبارک بھی موجود ہیں۔

نیشنل یوتھ ایوارڈ یافتہ ہونہار ثناء خواں

سیدہ اُمامہ واحد علی

سیدہ امامہ واحد نے بہت کم عمری میں شعبہ نعت خوانی میں ایک درخشاں مثال قائم کی ہے اور پورے پاکستان کی وہ پہلی اور واحد نعت خواں ہیں جنہوں نے گراں قدر اعزاز حاصل کر کے بالخصوص صوبہ سندھ کے وقار کو پاکستان بھر میں بلند مقام دیا۔ انہوں نے پاکستان ٹیلی وژن اور ریڈیو پاکستان کے اشتراک سے Z A بخاری آڈیٹوریم اسلام آباد میں منعقدہ کل پاکستان مقابلہ نعت خوانی 2007 میں صوبہ سندھ کی نمائندگی کرتے ہوئے شرکت کر کے پورے پاکستان میں "پہلی پوزیشن" حاصل کی اس سے قبل سیدہ اُمامہ واحد نے مسلسل 6 سال (2002 سے 2007) ضلعی حکومت حیدر آباد کے زیر اہتمام کل پاکستان مقابلہ نعت خوانی (ضلعی) میں "پہلی پوزیشنز" حاصل کی اور پاکستان ٹیلی وژن اور ریڈیو پاکستان کے اشتراک سے پاکستان ٹیلی وژن کراچی سینٹر کے اسٹوڈیوز میں منعقدہ کل پاکستان مقابلہ نعت خوانی (صوبائی) میں ضلع حیدر آباد کی نمائندگی کرتے ہوئے شرکت کی اور 2002، 2004، 2005 اور 2007 چار مرتبہ پورے صوبۂ سندھ میں "پہلی پوزیشنز" حاصل کی، اور اسکے ساتھ ساتھ ARY/QTV کے زیر اہتمام کل پاکستان مقابلۂ نعت خوانی 2004، منعقدہ کراچی میں صوبۂ سندھ کی نمائندگی کرتے ہوئے شرکت کی اور الحمدللہ پورے پاکستان میں "پہلی پوزیشن" حاصل کی۔

سیدہ اُمامہ واحد نے ARY/QTV کے زیر اہتمام حیدرآباد اور اندرون سندھ مقابلۂ نعت خوانی 2003 اور 2004 میں بھی "پہلی پوزیشنز" حاصل کی۔ اس طرح سیدہ اُمامہ واحد نہ صرف حیدر آباد بلکہ پورے صوبہ سندھ کی پہلی اور پاکستان کی واحد نعت خواں ہونے کے گراں قدر اعزاز کی حامل ہیں جنہوں نے درج بالا بڑے TV چینلز اور ریڈیو پاکستان کے قومی سطح کے مقابلوں میں پہلی پوزیشن حاصل کر کے صوبہ سندھ کا نام ملک بھر میں روشن کیا۔ کل پاکستان مقابلہ نعت خوانی (منعقدہ اسلام آباد) میں پورے پاکستان میں پہلی پوزیشن حاصل کرنے پر ڈائریکٹر جنرل ریڈیو پاکستان جناب اشفاق احمد گوندل نے قرآن حکیم کا نسخہ، سیرۃ نبی ﷺ کی کتب کا سیٹ، نقد انعام، ایک مسند اور ایک یادگاری شیلڈ عطا کی۔

کل پاکستان مقابلۂ نعت خوانی (منعقدہ اسلام آباد) میں پورے پاکستان میں پہلی پوزیشن حاصل کرنے پر وفاقی وزیر اطلاعات و نشریات جناب محمد علی درانی کی جانب سے نقد انعام دیا گیا۔ سیدہ امامہ واحد کو مندرجہ بالا ضلعی، علاقائی، صوبائی اور پھر قومی سطح پر نعت خوانی میں گراں قدر کامیابیوں اور اعزازات حاصل کرنے پر ضلعی ناظم حیدرآباد جناب کنور نوید جمیل نے نقد انعام اور اعزازی شیلڈ عطا فرمائی۔ تعلقہ ناظم حیدر آباد سٹی جناب حاجی معین الدین شیخ صاحب نے نقد انعام اور اعزازی شیلڈ پیش کی۔ تعلقہ ناظم لطیف آباد انجینئر صابر حسین قائم خانی نے بھی نقد انعام اور اعزازی شیلڈ سے نوازا۔ ثانوی و اعلیٰ ثانوی تعلیمی بورڈ حیدرآباد کے چیئرمین جناب سید سلطان عباس صاحب کی جانب سے قومی سطح کے مقابلۂ نعت خوانی میں کامیابیاں حاصل کرنے پر "یادگاری شیلڈ اور تحائف سے نوازا گیا۔ حکومت پاکستان، وفاقی وزارت امور نوجوانان نے مملکت کا سب سے بڑا یوتھ ایوارڈ، نیشنل یوتھ ایوارڈ 2010 برائے قرأت و نعت مع شیلڈ، سند اور مبلغ -/Rs.50,000 نقد انعام عطا فرمایا۔ حکومت پاکستان، وفاقی وزارت خزانہ کے Economic Affairs Division کے جوائنٹ سیکریٹری جناب محمد آصف صاحب کی سربراہی میں 100 پاکستانی نوجوانوں کے گروپ (Youth Deligation) کے ہمراہ بحیثیت نعت خواں (29 April 2011 سے 21 April) نو دن کے لیے دوست ملک چائنا کے مختلف شہروں اور اضلاع بشمول ہانگ کانگ کا دوستانہ مطالعاتی سرکاری دورہ کیا۔

سیدہ امامہ واحد کو 90 سے زائد مذہبی، سماجی، ادبی اور ثقافتی انجمنوں/اداروں کی جانب سے ایوارڈ، شیلڈز، گولڈ میڈلز، تاج پوشی، تحائف اور نقد انعامات سے نوازا گیا۔ آنسہ سیدہ امامہ واحد کو یہ بھی اعزاز حاصل ہے کہ گورنر سندھ اور وزیر اعلیٰ سندھ کی زیر صدارت منعقدہ صوبائی سیرت کانفرنس (کراچی) میں نعت شریف کی ادائیگی کے لیے صوبائی محکمہ مذہبی امور و اوقاف کی دعوت پر حیدر آباد سے خصوصی طور پر مدعو کیا گیا۔

سیدہ اُمامہ واحد 16 جون 1992ء کو حیدر آباد سندھ میں ایک مذہبی و تعلیمی گھرانے میں پیدا ہوئیں۔ پرائمری اور مڈل تک تعلیم لطیف آباد میں ہی حاصل کی۔ 2008 میں میٹرک اور 2010 میں انٹر جماعت کے امتحانات میں امتیازی نمبر حاصل کر کے کامیاب ہوئیں اور ان دنوں گورنمنٹ گرلز ڈگری کالج لطیف آباد میں ڈگری کلاس میں زیرِ تعلیم ہیں۔ سیدہ اُمامہ واحد کو اردو زبان میں مکمل عبور اور سندھی، پنجابی اور انگلش زبان میں بھی درمیانی دسترس حاصل ہے۔

باقی بقیہ نمبر 4

نوجوان و باحوصلہ ثناء خواں

محمد آصف منیر

اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں مقام و مرتبے کے لحاظ سے رسول پاک کو جو فضیلت حاصل ہے وہ ایک لاکھ 24 ہزار پیغمبران کے سلسلہ ہائے دراز سے لے کر دین اسلام کی تکمیل تک کسی دوسرے نبی کے حصے میں نہیں آئی۔ اس کے برعکس رسول کریم کی امت کو اپنے ہادی برحقؐ سے جو عقیدت ہے وہ عربی ہو کہ عجمی، آپ کی حیات مبارکہ کا زمانہ ہو کہ بعد از وصال، چودہ سو سال گزرنے کے باوجود اس کی یکسانیت اور شدت میں کوئی فرق نہیں پایا جاتا۔ البتہ آپ کی ذات مبارک سے عشق رکھنے والوں کا ذریعہ اظہار ایک دوسرے سے بڑھ چڑھ کر اور منفرد ضرور ہو سکتا ہے۔ عشق رسولؐ میں ایسے ہی والہانہ جذبات کا اظہار کرنے والوں میں ایک نام نوجوان نعت خواں آصف منیر کا بھی ہے جن کے بقول ان کی زبان سے نبی آخر الزماں کی شان میں ادا ہونے والے الفاظ ان کے دامن میں خوشیاں اور مبارک لمحے سمیٹ لائے ہیں۔ آصف منیر ہیلی کالج آف کامرس میں ایم کام کے طالب علم ہیں جنہوں نے نعت خوانی کے متعدد مقابلوں میں اب تک نمایاں مقام اور بے شمار انعامات حاصل کیے ہیں ان کا پہلا نعتیہ البم ''شاہ بطحا میرے آقا'' کے عنوان سے 17 سال کی عمر میں ریلیز ہوا جبکہ 2009ء میں ان کے دوسرے البم ''طیبہ کی گلیوں میں'' کا افتتاح نوائے وقت کے مدیر اعلیٰ بزرگ صحافی مجید نظامی نے کیا ہے۔ اس سلسلے میں ہونے والی بات چیت نذر قارئین ہے۔

سوال: نعت خوانی بالعموم فکری سنجیدگی اور پختہ عمری کا تقاضا کرتی ہے آپ میں یہ رجحان کیسے اور کب پیدا ہوا؟

آصف منیر: پہلی بات تو یہ ہے کہ یہ سب سرکار دو عالمؐ سے کسی شخص کی عقیدت و محبت کا ثمر ہے جس کی بدولت کوئی نعت خوان بن پاتا ہے۔ محفل نعت کی جانب والد کی رغبت کی وجہ سے مجھے بچپن ہی سے نعت پڑھنے کا شوق تھا۔ چنانچہ انہوں نے اس مقصد کے لئے مجھے نعت خوان سرور حسین نقشبندی کا پڑھا ہوا کلام اور کیسٹ مہیا کر کے استاد محترم کی شاگردی میں دے دیا۔ پہلے سے پڑھے ہوئے کلام سے اکتساب کرتے ہوئے میں نے 12 سال کی عمر میں پہلی مرتبہ نعت پڑھی اور اس طرح استاد محترم مجھے دوسرے شعراء کرام کا کلام سنانے کے لئے محافل میں بھی ساتھ لے جاتے۔

> میرے خیال میں ایک نعت گو یا نعت خواں کے لیے اس کے اجر و ثواب کے مقابلے میں مالی فوائد کی کوئی اہمیت نہیں ہو سکتی جس کا انعام کسی کیلئے رسول پاکؐ کی ذات سے عشق میں مضمر ہے

نعت خواں آصف منیر مجید نظامی (ایڈیٹر نوائے وقت) کو اپنی نعتوں کی سی ڈی پیش کرتے ہوئے

سوال: اب تک آپ نعت خوانی کے کن کن مقابلوں میں حصہ لے چکے ہیں؟

جواب: پہلی مرتبہ مجھے آل پنجاب اسکولز کی سطح پر مقابلہ نعت خوانی میں حصہ لینے کا موقع ملا جہاں میں نے اپنے ساتھیوں میں پہلی پوزیشن حاصل کی۔ اس کے بعد گورنمنٹ سینٹرل ماڈل اسکول کی نمائندگی کرتے ہوئے نظریہ پاکستان فاؤنڈیشن کے زیر اہتمام کلام اقبال ترنم کے ساتھ پڑھنے کے مقابلے میں بھی میں نے اول انعام حاصل کیا۔ فاؤنڈیشن کی حوصلہ افزائی کے نتیجے میں مجھے چار سال تک یہاں کلام اقبال پڑھنے والوں میں شامل رہنے کا موقع ملا اس کے علاوہ 2002ء میں سٹی ڈسٹرکٹ گورنمنٹ کے زیر اہتمام مترنم کلام اقبال پڑھنے پر ڈسٹرکٹ ناظم میاں عامر محمود کے ہاتھوں اول انعام حاصل کیا۔ اسی طرح گورنمنٹ کالج باغبانپورہ اور اس کے بعد ایم اے کالج کی نمائندگی کا اعزاز حاصل کرتے ہوئے مجھے اول اور دوم پوزیشن حاصل رہی۔ گزشتہ رمضان المبارک کے دوران ایوان اقبال میں ہونے والی تقریب میں مہمان خصوصی وزیراعلیٰ شہباز شریف نے بھی مجھے بہترین کارکردگی پر خصوصی اعزاز سے نوازا ہے۔

سوال: ہمارے یہاں سفارش کے استعمال سے باصلاحیت نوجوانوں کے ساتھ ہونے والی ناانصافیوں کے بارے میں اکثر شکایات کی جاتی ہے کیا آپ اپنی خدمات کے اعتراف سے پوری طرح مطمئن ہیں؟

جواب: نعت کی حرمت اور اس کا معیار برقرار رکھنا ہم سب کا فرض ہے اور اس سلسلے میں مجھے اپنے والدین اور اساتذہ کرام کی دعائیں حاصل ہیں۔ بعض موقعوں پر اسکول انتظامیہ کی جانب سے مقابلوں میں مقامی بچوں کو آگے لانے کی کوشش کی جاتی ہے۔ تاہم جج حضرات کا فیصلہ بالعموم میرٹ اور قواعد وضوابط سے انحراف کرنے کی اجازت نہیں دیتا۔ اسکول کی سطح کے مقابلے ہوں کہ کالج کے زیر اہتمام تقریب طلباء میں بہترین کارکردگی کی جستجو ہمیشہ برقرار رہتی ہے اگرچہ میرا ذاتی مشاہدہ رہا ہے کہ نعت خوانی کے جذبے سے سرشار میرے جونیئرز اور نئے آنے والوں کی خواہش ہوتی ہے کہ میں ان کو بھی اچھی کارکردگی کا موقع مہیا کروں۔

سوال: نعت کی صنف میں آپ کن شعراء کے کلام سے متاثر ہیں اور نعت خوانی میں کسے اپنے اساتذہ کا درجہ دیتے ہیں؟

جواب: شاعر مشرق علامہ اقبالؒ کے کلام سے جے عقیدت نہیں ان کے بعد محمد علی ظہوری، حفیظ تائبؒ، وحید الحسن ہاشمی، شبیہ الحسن اور عبدالستار نیازی کا کلام میرے لیے خیرو برکت کا باعث ہے۔ ہمارے ہاں کئی نعت خوانوں نے علامہ اقبال کے کلام کو پڑھ کر نعت خوانی کے فن کو معراج بخشی ہے ان کا کلام آج بھی ہمیں حیات نو کا پیغام دیتا ہے۔

لوح بھی تو قلم بھی تو تیرا وجود الکتاب
خودی کا سر نہاں لا الہ الا اللہ
کبھی اے حقیقت منتظر نظر آ لباس مجاز میں

یہ وہ کلام ہے جسے جب پڑھا جاتا ہے ایک جوش اور ولولہ تازہ ہو جاتا ہے۔ میں نے اپنے نئے البم میں اس کے علاوہ حفیظ تائب کا کلام:

سو بہ سو تذکرے اے میرا امام تیرے ہیں
اوج توسین پہ ضوریز علم تیرے ہیں

انتہائی عقیدت واحترام کے ساتھ پڑھا ہے۔

سوال: مختلف ٹی وی چینلوں پر نعتیہ محافل میں مقبول عام گیتوں کی دھنوں پر جس طرح موسیقی کے نئے نئے سازوں کا استعمال کیا جاتا ہے اور شرکاء محفل جس انداز میں نعت خوان حضرات پر نوٹوں کی بارش کرتے ہوئے دکھائے جاتے ہیں کیا یہ طرز عمل حد ادب کو پامال کرنے کا باعث نہیں بن رہا؟

جواب: یہ بات درست ہے کہ بعض ٹی وی چینل جو موسیقی وغیرہ کے لیے مخصوص ہیں ان پر نعتیہ محافل کو اس طرح نشر کرنا نعت کے تقدس کے خلاف ہے۔ میرے خیال میں ایک نعت گو یا نعت خواں کے لیے اس کے اجر وثواب کے مقابلے میں مالی فوائد کی کوئی اہمیت نہیں ہو سکتی جس کا انعام کسی کیلئے رسول پاکؐ کی ذات سے عشق میں مضمر ہے۔ ہاں اگرچہ ہمارے لئے یہ واقعہ بھی مشعل راہ ہے کہ نبی پاکؐ نے حسان بن ثابتؓ کے کلام پڑھنے پر خود منبر پر جا کر انہیں اپنی کملی مبارک تحفے میں پیش کردی۔ آج کل بعض میزبان حضرات جس طرح محافل کا انعقاد کرنے کے لئے نعت خوانوں سے مالی معاملات طے کرتے ہیں اس رجحان کو پسندیدہ قرار نہیں دیا جا سکتا کیونکہ ایک نعت خواں اور نعت گو کے لئے اللہ اور اس کے پیارے رسول کی خوشنودی سے بڑھ کر کچھ نہیں ہو سکتا۔

بشکریہ: نوائے وقت
(لاہور)

عید آزاداں شکوهٔ ملک و دیں
عید محکوماں ہجوم مومنیں
(اقبال)
عید مبارک
منجانب: خواجہ محمد یونس
محمود گروپ آف انڈسٹریز
MAHMOOD GROUP
مہر منزل بالمقابل لوہاری گیٹ ملتان پاکستان۔ یواے این نمبر: +92-61-111 181 181

كل عام وانتم بخير
عید مبارک
منجانب: شاہد جمیل

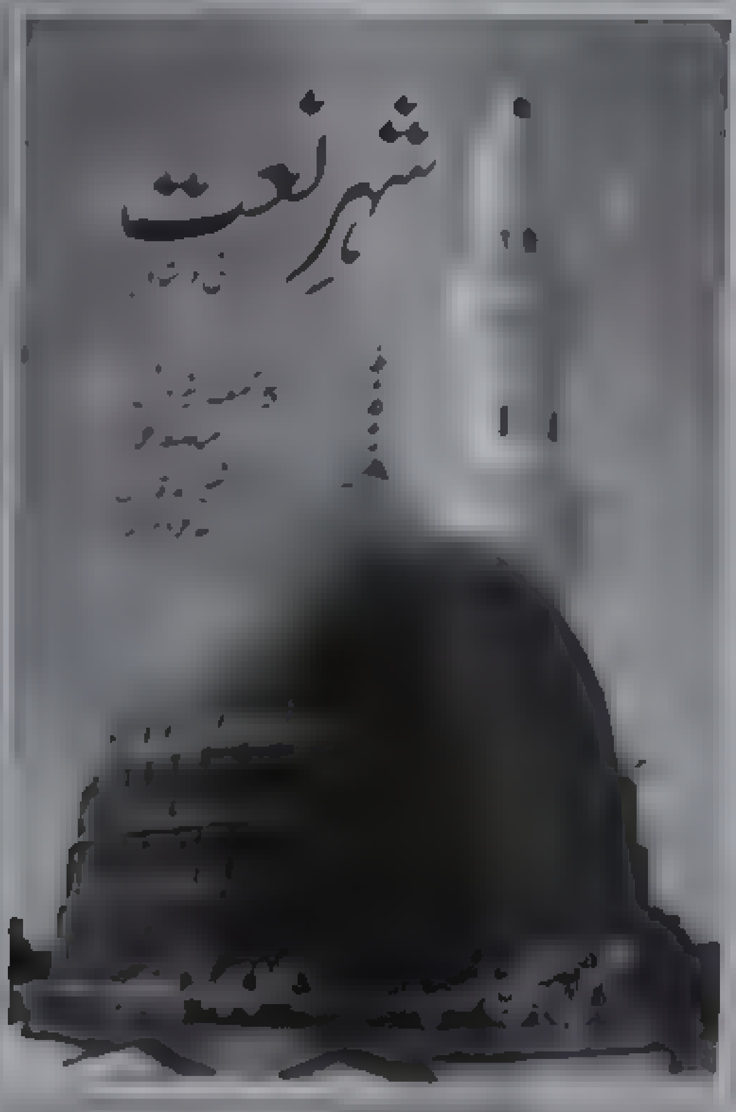
(اعزازی)، ڈاکٹر افضال احمد انور (اعزازی)، مشاورت کے حوالے سے ڈاکٹر حاجی عبدالستار منعم، پروفیسر خالد شبیر، اشفاق حسین ہمدانی، ارشد محمود ارشد (اعزازی) میاں محبوب نظامی، منظور احمد چشتی، میاں محمد سرور قمر، پروفیسر محمد طاہر صدیقی، معاونین میں کامران رشید (اعزازی)، عبدالجبار عاجز، پروفیسر ریاض احمد قادری (اعزازی) اور مدیر اعلیٰ ڈاکٹر شبیر احمد قادری کے ناموں سے بخوبی لگایا جاسکتا ہے۔

کے تناظر میں) کے عنوان سے "شہرِ نعت" کے مدیر اعلیٰ ڈاکٹر شبیر احمد قادری کا قلم جولانیاں دکھا رہا ہے۔ یہ مضمون کچھ عرصہ پیشتر ڈاکٹر اور افضال احمد انور کی کاوش "فن اداریہ نویسی اور نعت رنگ" کے منظر عام پر آنے سے غالباً نعتیہ صحافت میں شروع ہونے والی روایت کی دوسری کڑی ہے جن کا اگر باہم تقابل کیا جائے تو یہ مضمون بجا طور پر کوزے میں دریا کا مصداق ہے۔

مضامین کے گوشے کے آخر میں "نعت فورم (لاہور)" (فیصل آباد) کا خوبصورت کلام شامل ہے۔

سطور بالا میں لیے گئے طائرانہ جائزے کی روشنی میں "شہرِ نعت" بجا طور پر ادبی دستاویز کہلانے کا مستحق ہے اور مدیر اعلیٰ ڈاکٹر شبیر احمد قادری اور ان کے رفقاء کی کاوشوں کا منہ بولتا ثبوت ہے جس پر [illegible] مستحق ہیں۔

تعارف کتب



شہرِ نعت (کتابی سلسلہ)

مدیر اعلیٰ (اعزازی): ڈاکٹر شبیر احمد قادری

صفحات: 80

ہدیہ: 50 روپے

شمارہ نمبر 16 (ستمبر 2010ء تا مئی 2011ء)

ناشر: مجلس معین ادب پاکستان

ملنے کا پتا: چشتیہ دربار شریف، گلی نمبر 8، اسلامیہ پارک "چباں" فیصل آباد، 0300-6643951

تبصرہ نگار: ادارہ

ماضی میں اپنے حسن کی بدولت شہرت رکھنے والا "نیلی بار"، برطانوی راج میں "لائل پور" اور فرمانروائے سعودیہ شاہ فیصل (مرحوم) کی آمد کے بعد فیصل آباد کہلانے والا شہر کپڑے کی صنعت کے حوالے سے تو دنیا بھر میں مشہور ہے مگر اب یہ "شہرِ نعت" کے نام سے بھی معروف ہے۔ اسی نسبت کی آئینہ دار مجلس معین ادب (فیصل آباد) پاکستان کے زیر اہتمام شائع ہونے والی ادبی دستاویز "شہرِ نعت" (کتابی سلسلہ) جو آصف بشیر چشتی (سرپرست اعلیٰ) کی ادب پروری اور فروغ نعت کے لیے مساعی کی آئینہ دار ہے جس میں ان کے قابل قدر رفقاء ہم قدم ہیں اس کا اندازہ ضابطے میں درج سرپرستی کے حوالے سے ڈاکٹر اسحٰق قریشی، التفات خاص میں سید صبیح رحمانی، نگرانی کے حوالے سے ڈاکٹر ریاض مجید، معاون مدیران میں شہزاد بیگ، محمد افضل خاکسار

"شہرِ نعت" کا زیر نظر شمارہ سرورق اور پشت پر رنگت کے معمولی فرق سے گنبد خضرا کے یکساں حسین عکس سے مزین ہے۔ سرورق کی اندرونی طرف "نعت سید الثقلین" کے عنوان سے ڈاکٹر ریاض مجید کا خوبصورت کلام درج ہے۔ اندرونی سرورق مع ضابطے کے بعد "آئینہ" کی سرخی کے ساتھ خوبصورت عنوانات سے مزین جامع فہرست موجود ہے۔ مگر ص 12 پر شائع نعتیہ قصیدہ کے اندراج سے محروم رہی اور اس قصیدے کے شاعر کا باضابطہ نام بھی نامعلوم ہے البتہ اشعار میں جابجا استعمال ہونے والا نام "طاہر" شاعر کے نام یا تخلص کی طرف راہنما ہے لیکن اس کی مدد سے حتمی طور پر شاعر کا نام طے کرنا ممکن نہیں۔

فہرست کے بعد پیش گفتار میں مدیر اعلیٰ نے وابستگان دنیائے نعت کی نمائندگی کرتے ہوئے معروف نعت گو و نعت خواں سرور حسین نقشبندی کی زیر ادارت حفیظ تائب (مرحوم) کی یاد میں لاہور سے جاری ہونے والے نعتیہ رسالے "مدحت" کے اجراء پر ادارہ "شہرِ نعت" اور مجلس معین ادب کی جانب سے مبارکباد پیش کی ہے۔ پیش گفتار کے بعد حمدیہ منظومات، پھر "طائر بستان مصطفیٰ طاہر سلطانی" کے عنوان سے پروفیسر خیال آفاقی کا مختصر مضمون، اس کے بعد نعتیہ قصیدہ، پھر "اللہ کی سنت ـــــ خوبصورت نام حسین کلام" کے تحت منظر عارفی کی ایوارڈ یافتہ کتاب پر شاکر کنڈان کی تحریر شامل ہے۔ جس کے اختتام پر مجلس معین ادب فیصل آباد کے زیر اہتمام عنقریب شائع ہونے والے ایک اور رسالے "شہرِ حمد" کا دل خوش کن اعلان موجود ہے۔ اس کے بعد "طاہر سلطانی بحیثیت اداریہ نویس" (ماہنامہ "ارمغان حمد" کے زیر اہتمام "سالانہ محفل مسالمہ" کی روداد اور شرکاء کا نمونہ کلام شامل ہے۔ اس کے بعد "حصہ نعت" ہے۔ جس میں مختلف شعراء کے نعتیہ کلام اور خصوصی گوشے میں شاہد اشرف کی دس نعتیں، ایصال ثواب کی نیت اور یاد رفتگاں کی رعایت سے رشید وارثی کا نعتیہ کلام اور "پنجاب رنگ" کے عنوان سے پنجابی نعت پھر سانحہ داتا دربار 2010ء کے حوالے سے خصوصی کلام و منقبت کے بعد مزید دو نعتیں شامل ہیں۔

حصہ نعت کی تکمیل کے بعد تبصرۂ کتب میں محمد یوسف ورک (ناظم نعت لائبریری شاہدرہ لاہور) کی جانب سے "خلد نعت" (نعتیہ مجموعہ)، آبشار نور (مجموعہ نعتیہ قطعات)، "تذکرہ" (کتابی سلسلہ) کا تعارف درج ہے جبکہ آخری دو صفحات پر نعت ریسرچ سینٹر فیصل آباد کو موصول ہونے والے عطیات کتب کی فہرست درج ہے۔

"شہرِ نعت" کے اس گلدستہ رنگا رنگ میں بیک ٹائٹل پر پیر آصف بشیر چشتی اور ان کے نئے مجموعہ نعت "خلد نعت" کے حوالے سے ریاض احمد پرواز (فیصل آباد) کا ستائشی کلام اور اندرونی جانب "درود پاک" کی ردیف پر مشتمل فضائل درود سے معمور اشفاق حسین ہمدانی

منزل مقصود

مصنف: سید محمد خورشید الحق حسنی

صفحات: 216

ہدیہ: دُعائے مغفرت

سن اشاعت اپریل 2011ء (بار دوم)

ناشر: فرسٹ انٹر پرائزز، کراچی

ملنے کا پتا: فرسٹ انٹر پرائزز، A-4-C، بلاک A، کمرشل ایریا، سندھی مسلم ہاؤسنگ سوسائٹی، کراچی

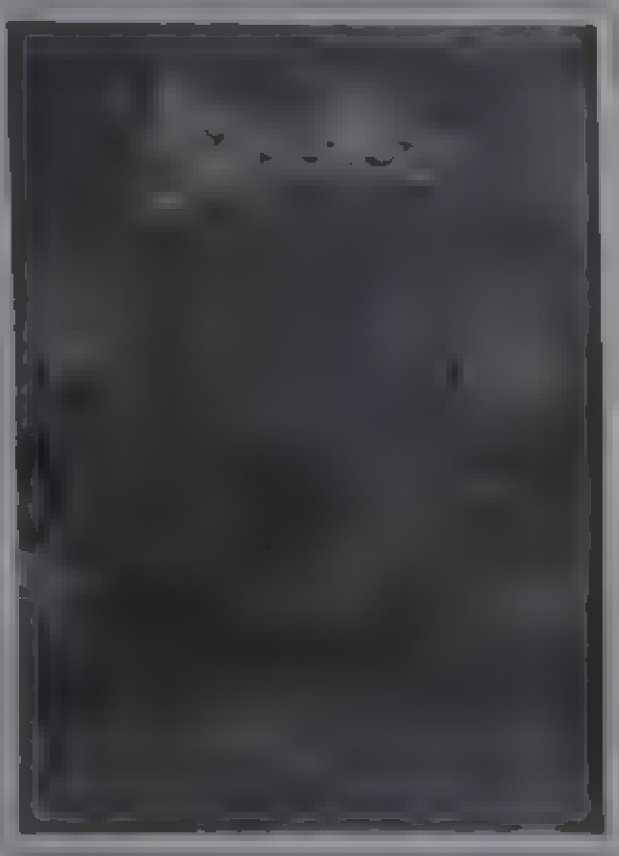
موبائل: 0300-8252416

تبصرہ نگار: ادارہ

خوش نما ٹائٹل اور دیدہ زیب طباعت کی حامل سید محمد خورشید الحق حسنی کی تصنیف "منزل مقصود" ارشاد احمد قریشی کے زیر اہتمام منصۂ شہود پر جلوہ گر ہوئی۔ کتاب ظاہری

کتاب ظاہری جمال کے ساتھ ساتھ باطنی حسن سے بھی مالا مال ہے کیونکہ موضوع گفتگو تصوف اور مصنف موصوف کے مرشد حضرت مولانا شاہ مقصود احمد عمری مجددی کی شخصیت ہے۔

کتاب کا انتساب حضرت مولانا حافظ سید مرشد علی خان قدس سرہٗ کے نام ہے جن کی بدولت مصنف کو اپنے مرشد گرامی تک رسائی میسر آئی۔ انتساب کے بعد مصنف کا مختصر ترین تعارف درج ہے جبکہ مصنف نے از خود اپنا تعارف اور کتاب کے مشمولات کا تعارف حرف اوّل میں تحریر فرمایا ہے۔ حرف اوّل سے پیشتر "منزل مقصود" کے عنوان سے عزیز احسن اور "تاثرات" کی سرخی کے تحت ڈاکٹر عاصی کرنالی کی وقیع آراء شامل ہیں جن سے ماخوذ پیراگراف بیک ٹائٹل پر بھی درج کیے گئے ہیں۔ اس کے علاوہ اقبال ساغر صدیقی کا "اظہار خیال" بھی شامل کتاب ہے۔ مجموعی طور پر کتاب پانچ مقاصد پر مشتمل ہے۔ مقصد اوّل تصوف سے متعلق، مقصد دوم کا موضوع انسان، مقصد سوم کا موضوع سلوک ہے جبکہ مقصد چہارم مصنف کے مرشد گرامی کی شخصیت کے تفصیلی تعارف اور مقصد پنجم ان کے سلوک کی تعلیم و تربیت کے بیان پر مشتمل ہے۔ کتاب کے آخر میں مختلف سلاسل کے شجرہ جات طریقت انتہائی خوبصورت اور تحقیقی انداز میں درج ہیں۔ مجموعی طور پر کتاب بقول ڈاکٹر عاصی کرنالی "یہ صوفیانہ تصنیف اپنی وسعت، جامعیت اور ہمہ گیری کے سبب ایک ایسا ذخیرہ ہے جو تصوف کا مذاق رکھنے والوں کو دوسری تصانیف سے بے نیاز کر دے گا"۔



محمد ﷺ محور عالم

شاعر: گستاخ بخاری

صفحات: 159

قیمت 150 روپے

سن اشاعت: 2008ء

پیشکش اُردو اکادمی جھنگ

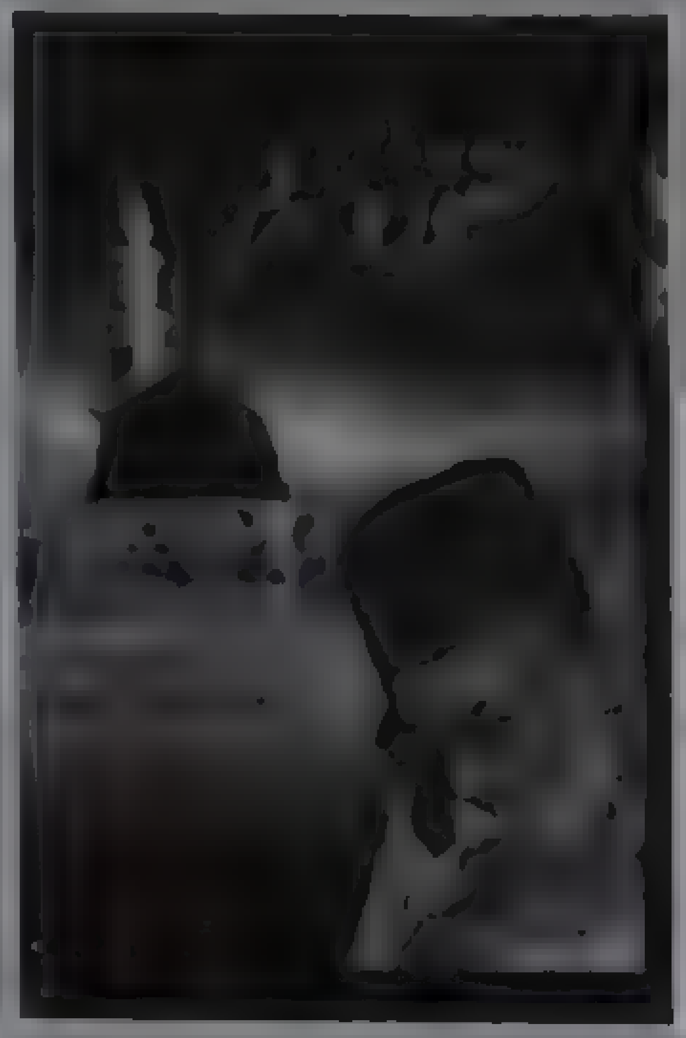
ملنے کا پتا: مثال پبلشرز، رحیم سنٹر، پریس مارکیٹ امین پورہ بازار، فیصل آباد۔

موبائل: 0300-6668284

تبصرہ نگار: ادارہ

تاجدار گولڑہ اعلیٰ حضرت پیر مہر علی شاہؒ کے مشہور زمانہ شعر (کتھے مہر علی کتھے تیری ثناء گستاخ اکھیں کتھے جا اڑیاں) سے متاثر ہو کر غالباً "گستاخ" تخلص اختیار کرنے والے سید منیر حسین شاہ المعروف گستاخ بخاری نے کوچۂ غزل میں کڑی ریاضت اور نام و مقام بنا لینے کے بعد سرکار دو عالم ﷺ کی مدح سرائی پر کمر باندھی اور یوں ہنر عقیدت اور اخلاص کی یکجائی سے "محمد محور عالم" منصۂ شہور جلوہ گر ہوئی۔ کتاب کے انتساب میں ایک شعر درج ہے (کفر نے انسان کو تنہا کیا ... مصطفےٰ کے ذکر نے یکجا کیا) گویا انتساب ذکر رسالت مآب کے نام ہے۔ فہرست کے بعد "میرے قد کو کیا اونچا تیری مدح سرائی نے" کے عنوان سے محمد شفیع بلوچ کا انتہائی وقیع مضمون شامل ہے جس میں ظہور رسالت مآب سے شروع ہونے والی عربی نعتیہ شاعری کی روایت، فارسی نعتیہ شاعری اور اردو نعتیہ روایت کا مختصراً احاطہ کیا گیا ہے اور حاصل کلام یہ ہے کہ "محسن کاکوروی سے نعت نے جو نیا اسلوب اختیار کیا تھا گستاخ بخاری کے یہاں پہنچے تک نعت نے فی الواقع صعود کی منازل طے کی ہیں"۔

اس ابتدائی مضمون کے علاوہ کتاب میں کوئی نثر شامل نہیں نہ ہی روایتی طور پر عرض مصنف یا عرض ناشر شامل ہے البتہ نعتیہ منظومات سے پیشتر روایت کی پاسداری میں ایک حمد یہ کلام بھی شامل ہے۔ رسول اللہ کی ذات گرامی "محور عالم" ہے یہ ایک حقیقت ہے اور یقیناً کتاب کے لیے نام منتخب کرتے وقت یہی زاویہ پیش نظر رہا ہو گا مگر مجموعے میں شامل تمام تر نعتیہ کلام میں ذات رسالت مآبؐ کے ساتھ ساتھ خصوصی طور پر "اسم محمد" بھی مرکز و محور رہا ہے۔ کتاب میں تخلص کو معنوی رعایت سے برتنے کے ساتھ ساتھ انتخاب لفظیات بھی خوب ہے مگر بعض مقامات محل نظر ہیں مثلاً (ہمیں گستاخ وہ تھامے ہوئے ہیں..... وگرنہ حال سے ہم قنطو ہیں) اس موقع پر آیہ "لاتقنطوا" سے تصرف کے ساتھ "قنطو" بمعنی مایوسی استعمال کرنا فنی اور صرف و نحو کے اعتبار سے غلط ہے۔



حضور و سرور

مرتب: ارسلان احمد ارسل

صفحات: 600

قیمت: 600

سن اشاعت: فروری 2011ء

ناشر: ارفع پبلشرز

ملنے کا پتہ: ارفع پبلشرز، بی، مسیح سینٹر، غزنی اسٹریٹ 38، اُردو بازار لاہور

موبائل: 0300-4304727

تبصرہ نگار: ادارہ

سید منظور الکونین بلاشبہ دنیائے نعت میں Living Legend کا درجہ رکھتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ انھیں عمر دراز بالخیر عطا فرمائے۔ ارسلان احمد ارسل کی مرتب کردہ کاوش "حضور و سرور" (سید منظور الکونین ..... فن اور شخصیت) ایک ایسا کارنامہ ہے جس کی جتنی تحسین کی جائے کم ہے۔ یہ کتاب ارسلان احمد ارسل کی سید منظور الکونین سے عقیدت و محبت اور تعلق خاطر کا منہ بولتا ثبوت ہے اور شعبہ نعت سے وابستہ بے شمار لوگوں کی دلی تمنا کا ثمر ہے۔ کتاب کیا ہے اک گلدستۂ رنگا رنگ ہے۔

کتاب کا انتساب ارسلان احمد ارسل نے اپنے دادا جان شیخ محمد سعید (مرحوم) کے نام کیا ہے۔ اس کے بعد مرتب کی جانب سے "سخن ہائے گفتنی" ڈاکٹر صبیحہ انجمن زیدی کی جانب سے پیش لفظ، ڈاکٹر اسحاق قریشی کے دیباچے اور صاجزادہ سید منظور الکونین کے حرف سپاس کے بعد مشمولات کتاب کا آغاز مختصر کوائف اور شجرہ نسب سے ہوتا ہے۔ شجرہ نسب کے بیاں کے لیے "سادات گیسو دراز پنجاب" کے عنوان سے مختصر رسالہ شامل کیا گیا ہے۔ اس کے بعد ادباء، شعراء و علماء کی مختصر آراء شامل ہیں جن میں سے حافظ مظہر الدین مظہر، ڈاکٹر خورشید رضوی اور ڈاکٹر عاصی کرنالی کی آراء فلیپ پر بھی شامل کی گئی ہیں جبکہ ڈاکٹر خواجہ محمد زکریا کی رائے بیک فلیپ پر درج ہے۔ مختصر آراء کے بعد ادباء، شعراء و علماء کے مضامین کا گوشہ ہے پھر ثنا خوانان رسول کی جانب سے شاہ صاحب کے لیے اظہار محبت پر مبنی تحریریں شامل ہیں اس کے بعد شعبہ نشریات سے وابستہ احباب کی آراء اور اسی طرح فن موسیقی سے وابستہ شخصیات کے تاثرات شامل ہیں۔ پھر "منظوم خراج عقیدت" کا گوشہ ہے۔ اس کے بعد "سید منظور الکونین" کے مختلف ادوار کی نایاب تصاویر اور گوشہ صاجزادہ منظور الکونین شامل کتاب ہے۔ اس کے بعد سید منظور الکونین کو موصول ہونے والے دو اہم دعوت نامے، سند اور دورہ برطانیہ کی تفصیل دی گئی ہے۔ پھر خطوط، سید منظور الکونین کے لکھے گئے دیباچے میں سید منظور الکونین کی زندگی کے مختلف ادوار کے انٹرویوز، صاجزادہ سید منظور الکونین کی شاعری اور آخر میں منظور الکونین شاہ صاحب کی مختلف زبانوں میں پڑھی ہوئی حمدیں، نعتیں، مناقب، سلام اور دیگر کلام کا مختصر انتخاب شامل کیا گیا ہے۔

"حضور و سرور" ارسلان احمد ارسل کی ایک ایسی کوشش ہے جو کسی Ph.D تھیسس سے کم نہیں۔ البتہ حوالہ جات کے تحقیقی اسلوب اور بعض حوالوں سے مزید جامعیت کی ضرورت ہے مثلاً کیا ہی اچھا ہوتا کہ مختلف چینلز کو دیے شاہ صاحب کے انٹرویوز کو بھی Transcrip کروا کے یا کم از کم ان کی فہرست بنا کر شامل کتاب کر لی جاتی۔

خوشبو تری جوئے کرم (نعتیہ مجموعہ)

شاعر: ریاض ندیم نیازی

صفحات: 240

ہدیہ: 200 روپے

سن اشاعت: فروری 2010ء

ناشر: ماورا پبلشرز، لاہور

ملنے کا پتہ: Mavara Books

60- The Mall, Lahore

Mob. 0300-4020955

تبصرہ نگار: ادارہ

"خوشبو تری جوئے کرم" ریاض ندیم نیازی کا پہلا نعتیہ مجموعہ ہے مگر کتابوں کی دنیا میں یہ نووارد نہیں کیونکہ اس سے پیشتر ان کی تالیفات کی تعداد 20 تک پہنچتی ہے۔ کہا جاتا ہے کہ آغاز انجام کی خبر دیتا ہے تو یقیناً جب "خوشبو تری جوئے کرم" پر اپنی آراء و تاثرات ثبت کرنے والے اہل علم و فن کے ناموں کی طویل فہرست پر نظر ڈالیں تو ریاض ندیم نیازی کی اُٹھان کا اندازہ ہوتا ہے۔ جہاں اس قدر کثیر تعداد میں آراء و تاثرات کا شامل ہونا خوش آئند ہے وہیں تکنیکی طور پر قاری کی رائے کو متاثر کرنے کا سبب بھی ہے۔

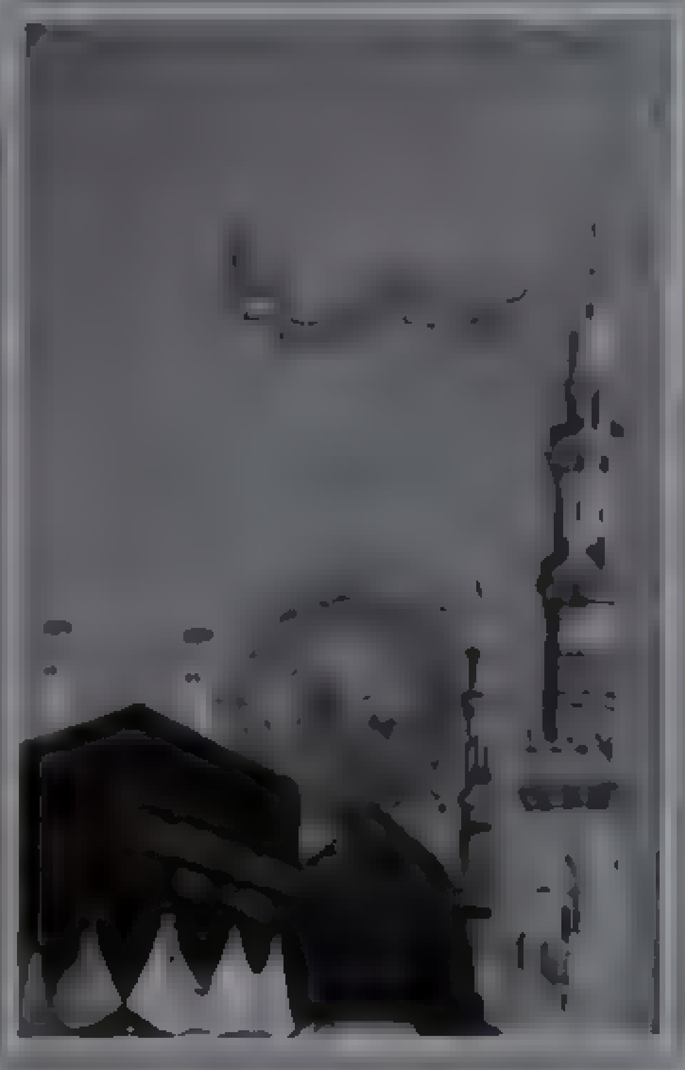
کتاب دوہرے اندرونی سرورق کی حامل ہے۔ پہلے اندرونی سرورق کی پشت پر خالد شریف نے بحیثیت پبلشر کتاب کا مختصر تعارف کرایا ہے۔ کتاب کا انتساب شاعر موصوف نے گنبد خضرا کے سائے تلے گزرے مقدس لمحات" سے کیا ہے۔ اس کے بعد ریاض ندیم نیازی کا مختصر سوانحی خاکہ درج ہے۔

کتاب کا پہلا حصہ "اظہار خیال" ہے جس میں راغب مراد آبادی کی دعائیہ رباعی، قمر وارثی کا نتیجۂ فکر "قطعہ سال اشاعت" اور محشر بدایونی، شہزاد احمد (لاہور)، ڈاکٹر عاصی کرنالی، امجد اسلام امجد، نقاش کاظمی، جان کاشمیری، شرافت عباس، نور احمد میرٹھی، اصغر ندیم سید، ساجد رضوی، ڈاکٹر نثار احمد نثار، رضا عباس رضا، پیرزادہ حمید صابری، پروفیسر صدف چنگیزی، اقبال طارق، خالد محمود خالد، ریاض حسین چوہدری، سید ریاض حسین زیدی، صبیح الدین صبیح رحمانی، فصیح الدین سہروردی، اعجاز الدین سہروردی، اختر حسین قریشی، پروفیسر افتخار شفیع، نوید حیدر ہاشمی، علی رضا، احمد علی حاکم، ظریف احسن، پروفیسر احتشام شبیر شامی کی آراء کے ساتھ ساتھ "حرف عقیدت" کے عنوان سے خود ریاض ندیم نیازی کا اظہار تشکر اور عرفان الحق صائم کی جانب سے قطعہ سال اشاعت شامل ہے۔

حصہ اوّل "اظہار خیال" کے بعد منظومات میں ابتداً، پانچ حمدیہ کلام، پھر نعتیہ منظومات اور آخر میں مناقب و سلام کا گوشہ ہے جس میں ایک کلام "نعت خواں حضرات کی خدمت میں نذرانہ عقیدت کے عنوان سے بھی شامل ہے۔

کتاب کے فلیپ اور بیک ٹائٹل پر کتاب میں شامل آراء و تاثرات سے اقتباسات درج کیے گئے ہیں۔ کتاب کی طباعت دیدہ زیب ہے اور کلام دیکھ کر شاعر کے الفاظ میں یہی دُعا نکلتی ہے۔

بی سے پہنچے تا حرم
خوشبو تری جوئے کرم
یونہی ندیم خوش نوا
بڑھتا رہے زورِ قلم



مرے حبیب خدا (مجموعہ حمد و نعت)

شاعر: شیخ صدیق ظفر

صفحات: 438

ہدیہ: درج نہیں

سن اشاعت: 2010ء

ناشر: ملک سراج الدین اینڈ سنز، لاہور

ملنے کا پتا: ملک سراج الدین اینڈ سنز، 48/C لوئر مال، لاہور، فون 37225809

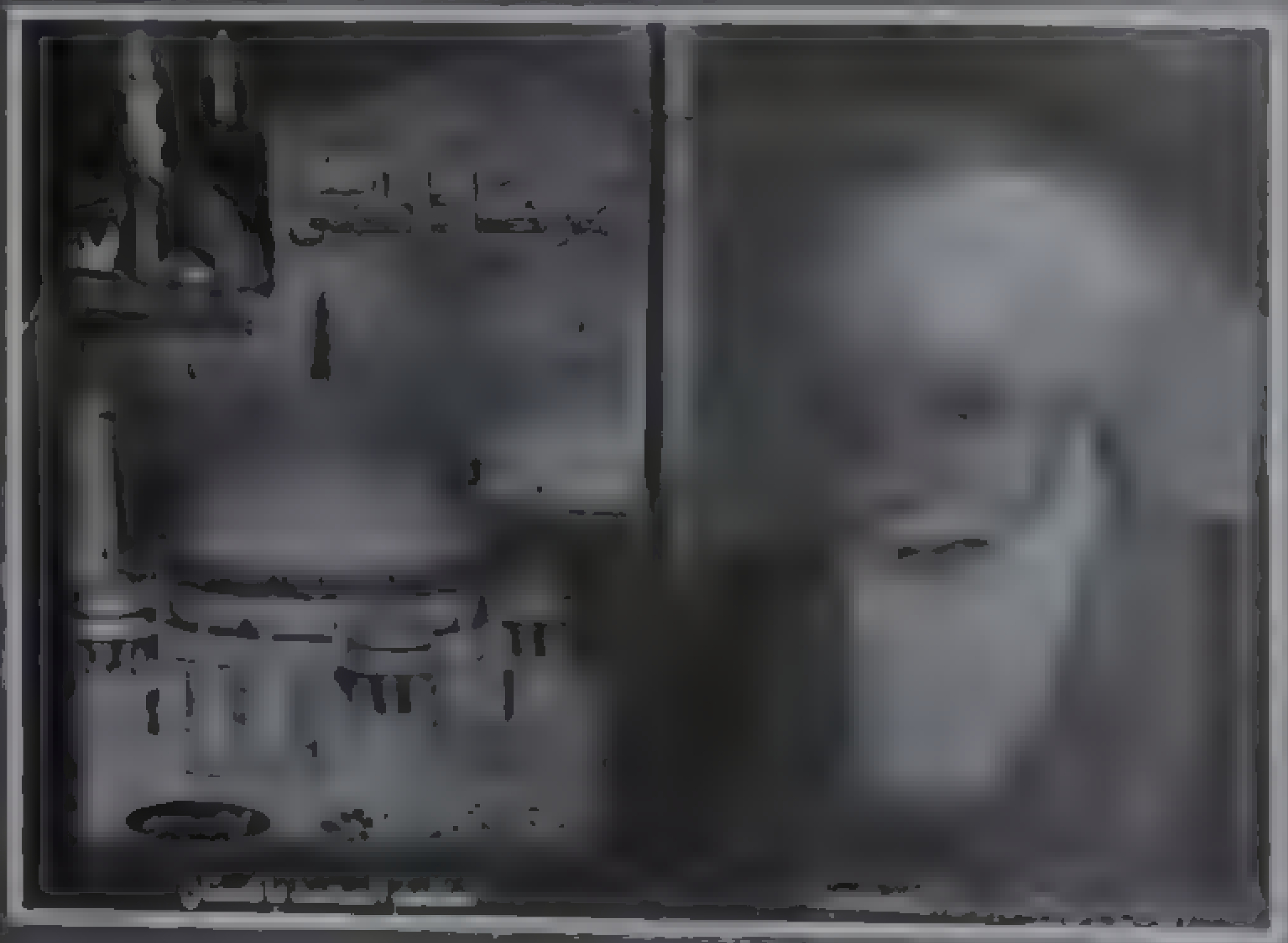
تبصرہ نگار: ادارہ

"میرے حبیب خدا" شیخ صدیق ظفر کی چوتھی تخلیق ہے جبکہ حمد و نعت کے حوالے سے یہ ان کا تیسرا مجموعہ ہے جس کی ترتیب میں سابقہ دونوں مجموعوں میں شامل کلام کے ساتھ بہت سا نیا کلام بھی شامل کیا گیا ہے۔ اس سے پیشتر بھی 2002ء میں پہلی نعتیہ کتاب "جمالِ حرف" کے بعد جب 2008ء میں شیخ صاحب نے اپنی دوسری کتاب "دل مدینہ" ترتیب دی تو پہلے مجموعے کا تمام کلام اس میں شامل کر لیا اور یہی روایت زیر نظر کتاب کے سلسلے میں بھی برقرار رکھی گئی ہے۔ اس طرح گویا ایک نئے اسلوب کی بنا ڈالی جارہی ہے کہ شاعر کا ہر نیا مجموعہ سابقہ تمام کلام کا جامع ہو لیکن اس میں کئی طرح کے تخففات بھی ہیں۔

شیخ صدیق ظفر ایک ہمہ جہت شخصیت کے مالک ہیں لیکن خود کو پوشیدہ رکھنا اور نام و نمود سے دور بھاگنا ان کی شخصیت کا غالب پہلو ہے اور گمان ہے کہ اسی کا ایک اظہار یہ "مرے حبیب خدا" کے سرورق پر اپنا نام درج نہ کرنا بھی ہے۔ لیکن خود شیخ صاحب نے "احسانِ خدائے عظیم" کے عنوان سے اپنے دیباچہ میں اس کا سبب احترام ذکر کیا ہے۔

شیخ صاحب نے کتاب کا انتساب "حضرت قاضی عبدالحق رحمۃ اللہ علیہ" اور اپنے مرحومین (والدہ، والد، بہن، بھائیوں، بھتیجوں اور بیگم) کے نام کیا ہے۔ انتساب سے متصل فہرست اور پھر دیباچہ کے بعد ریاض مفتی، محمد شریف بقا (صدر مجلس اقبال، لندن) اور کلیم احسان بٹ کے تین تعارفی مضامین شامل ہیں اس کے بعد 25 حمدیہ اور 237 نعتیہ منظومات شامل کتاب ہیں جن میں زیادہ تر سات اور چودہ اشعار پر مشتمل ہیں جبکہ بعض منظومات 21، 28، 35 بلکہ 49 اشعار پر بھی مشتمل ہیں جو کہ شاعر کے زود گو اور قادر الکلام ہونے کی دلیل ہیں۔ کتاب کی ترتیب میں اس بات کو مدنظر رکھا گیا ہے کہ کم سے کم صفحات اور قیمت میں زیادہ سے زیادہ مواد قارئین تک پہنچایا جائے۔ اس میں قیمت کے حوالے سے کتنی کامیابی ہوئی اس کا اندازہ تو نہیں لگایا جاسکتا کیونکہ وہ کہیں درج نہیں البتہ مواد کی حد تک یقیناً کامیابی ہوئی لیکن اس کوشش میں کہیں کہیں حسن ترتیب و تزئین کا خون ضرور ہوا ہے کیونکہ بادی النظر میں یہ اندازہ ہی نہیں ہوتا کہ ایک کلام کہاں سے ختم ہوا اور دوسرا کہاں سے شروع ہوا ہے۔ فقط قافیہ ردیف کی مدد سے شناخت کی جاسکتی ہے لیکن غائرانہ جائزہ لینے پر ایک بات اور سامنے آتی ہے کہ ہر صفحے کے اوپر درج کتاب کے نام اور صفحہ نمبر کے ساتھ "جل جلالہ" یا صلی اللہ علیہ وسلم کی لوح صرف ان صفحات کی پیشانی پر درج ہے جہاں سے کسی کلام کا آغاز ہوتا ہے۔ مجموعی طور پر یہ کتاب کا تاثر اچھا ہے البتہ پروف ریڈنگ کے مسائل بالخصوص ابتدائی

مضامین میں قرآنی آیات میں اغلاط توجہ طلب ہیں۔ [illegible] کتاب کے دونوں فلیپ پر خانہ کعبہ اور گنبد خضرا [illegible] ترتیب [illegible] تو ڈیزائنر کی غفلت کا نتیجہ ہے اور اگر [illegible] ہے تو یقیناً گنبد خضرا کو "کعبے کا کعبہ" [illegible]



مجموعہ مناقب

مرحبا کاظمی رحمۃ اللہ علیہ

تبصرہ نگار

راجا کوثر سعیدی (ملتان)

[illegible] یوزہ گر کاظمی سرکار ہے ساجد
کیا خوب یوں بخشش کا طلب گار ہے ساجد
تیرے لیے یہ باعث اعزاز و سند ہے
"مجموعہ مناقب" کا وہ شہکار ہے ساجد

طالبانِ علم و ادب کی اکثریت اس بات پر یقین رکھتی ہے کہ ادب صرف بڑے شہروں اور ممالک ہی میں نشو و نما پاتا رہا لیکن تاریخ گواہ ہے کہ نواحی بستیوں اور قصبہ جات سے بھی علم کے وہ سوتے پھوٹے کہ گلشن ادب خوب سیراب ہوا۔ اور دور اُفتادہ قیام پذیر لوگوں نے ایسے پھول مہکائے کہ جس کی خوشبو سے زمان و مکاں لذت فکر و نظر پا کر مسرور و مسحور ہوئے جاتے ہیں۔ قدماء ہی فن قافیہ پیمائی کے سردار نہ ہوئے بلکہ بقول شاعر:

کہہ دو میر و غالب سے ہم بھی شعر کہتے ہیں
وہ صدی تمہاری تھی، یہ صدی ہماری ہے

ساحل پر بیٹھے دور افتادہ مقام پر بیٹھ کر ایک درویش صفت انسان شاعری کے بحر بیکراں کا شناور اور صحرائے ادب کا ایک مسافر جو تپتی دوپہر میں فقط چھاگل عشق و محبت کاندھے سے لٹکائے عزم و ہمت کے سہارے آبلہ پائی کی تکالیف برداشت کرتے ہوئے اپنی تمام تر کم مائیگی کے باوجود مدینۃ الاولیاء کی طرف گامزن ہے کہ فطرت نے خمیر ذات میں غزالی زماں رازی دوراں کی "دریوزہ گری" شامل کر کے اسے اس منصب پر پہنچا دیا ہے کہ شاہان وقت بھی اسے اور اس کی نسبت کو رشک کی نگاہ سے دیکھتے ہیں اور محمد امین ساجد سعیدی کو کیوں نہ دیکھیں کہ:

نسبتوں کا اثر بھی ہوتا ہے
آدمی معتبر بھی ہوتا ہے
جو گدائی کے تخت پر بیٹھے
بے گماں تاجور بھی ہوتا ہے

اپنے پیر و مرشد سے روز و شب ملاقاتیں اور ان کی محافل کا لطف یقیناً روح کو سرشار رکھتا ہے لیکن دور رہ کر بھی حضوری کا حظ اٹھایا جا سکتا ہے اور امین ساجد مدینۃ الاولیاء سے کوسوں دور رہ کر بھی ذہنی ہجر کی کیفیات کو "مناقب" میں ڈھال کر وصال کے مزے حاصل کرتا ہے اور وہ خود اپنی اس کیفیت کو یوں ایک شعر میں بیان کرتے ہیں۔

ولیوں کے مزار اس میں مرے شیخ کا گھر ہے
کیا وادیٔ ملتان کی پُر کیف فضا ہے

مدینۃ الاولیاء کے بارے میں کسی نے کہا تھا کہ "ملتان ما بہ جنت اعلیٰ برابر است" سو ایسی ہی کیفیات مجموعہ مناقب جس کا نام "مرحبا کاظمی" ہے کے ابتدائی اوراق میں امین ساجد سعیدی کی ملتان اور پیران ملتان سے عقیدت کی معراج ہے وہ ایک جگہ کہتے ہیں کہ:

اولیاء کا شہر کیا شان ہے کیا حسن ہے
جنت الفردوس کا حصہ ہے ملتان کی زمیں

اور جب ملتان کی سرزمین کو اپنے پیر و مرشد حضرت سید احمد سعید کاظمی رحمۃ اللہ علیہ کی نسبت سے دیکھتے ہیں تو یہ شعر اس کی تائید میں خوب نظر آتا ہے

کیا حسیں ملتان ہے کیا اعلیٰ اس کی شان ہے
جلوہ فرما اس میں حضرت کاظمی سرکار ہیں

مجموعہ مناقب "مرحبا کاظمی" گلہائے رنگا رنگ کا ایک حسین مرقع ہے۔ اس میں موتیا، گلاب، گیندا، یاسمین، چنبیلی کے ایسے مہکتے رنگ آہنگ ہیں کہ گلستان ادب کی شان دوبالا ہو گئی ہے۔ ابتدائی صفحات پر متفرقات پھر ادیب ملت صاحبزادہ سید حامد سعید کاظمی صاحب کا خوبصورت تبصرہ جو ازحد خود ایک ادبی شہکار ہے۔ بعد ازاں انتساب صاحبزادہ سید انور سعید کاظمی کے نام ہے۔ حسن ترتیب میں ڈاکٹر خورشید بیگ میلسوی کا تبصرہ پڑھنے والوں کو "مجموعے کی افادیت" کی لذت سے آشنا کرتا ہے۔ حمد باری تعالیٰ اور ایک نعت رسول مقبول ﷺ بھی شامل مجموعہ ہے۔ بعد ازاں 19 مناقب نے مجموعے کو چار چاند لگا دیے ہیں ان میں سے کچھ مناقب تو ایسے ہیں جو زبان زد خاص و عام ہیں۔ اکثر امین ساجد جب عرس مبارک یا جلسہ دستار میں حاضر ہو کر پیش کرتے ہیں تو ہزاروں سامعین عش عش کر اُٹھتے ہیں۔ اور خود امین ساجد سرشاری کی کیفیت میں اپنے پیر و مرشد کے روضہ مبارک کو دیکھ کر طمانیت قلب، تسکین روح محسوس کرتے ہوئے یہ کہتے نظر آتے ہیں:

آپ کے در پہ آیا ہے بن کے گدا ساجد بے نوا
نذر کرنے متاع سخن کاظمی مرحبا کاظمی

اسی بات کو وہ عقیدت کے پھول میں یوں رقم طراز ہیں کہ "یہ مناقب میرا سرمایہ حیات ہیں۔ مجھے بے ہنر کے لیے اعزاز ہیں۔

اسی طرح "دل کی بات" میں ایک خاص بات تو یہ کہ معروف قوال عبدالستار سعیدی، محمد عمر سعیدی، محمد سلیم ابن عربی قوال کا شکریہ بھی ادا کرتے ہیں کہ انہوں نے اپنے ہر البم، سی ڈی اور کیسٹ میں "مرحبا کاظمی" سے منتخب کلام شامل کر کے اپنی خوبصورت آواز میں امر کر دیا اور اس شعر کی تفسیر کر دی:

تمہارے عشق کے صدیوں زمانہ گیت گائے گا
قلم جس پہ نازاں ہے وہ شیریں زباں تم ہو

صفحہ نمبر 64 پر "فرشتوں کی [illegible]" کے عنوان سے مارچ 1991ء میں صاحبزادہ سید حامد سعیدی کاظمی نے لاہور میں جامع مسجد وزیر خان میں پانچ روزہ جلسے میں غزالی زماں رازی دوراں کے خطاب اور ایک غیر مسلم لڑکی کے سوال پر جو جواب عطا فرمایا جسے سن کر وہ مسلمان ہوئی کو نثر اور امین ساجد نے نظم میں ڈھال کر قلم کی آبرو کو اور بڑھا دیا ہے اور اس کا آخری شعر دیکھیے:

تقریر سن کے لڑکی مسلمان ہو گئی
ہندو تھی پھر وہ صاحب ایمان ہو گئی

آٹھ قطعات بھی شامل مجموعہ ہیں جو از خود شاعر کی دلی کیفیات کے آئینہ دار ہیں اور مختلف اوقات میں کہے گئے یہ قطعات قاری کو لطف حقیقی سے آشنا کرتے ہیں مثلاً

ان کی یادوں میں سال گزرا ہے
لمحہ لمحہ میں عید کرتا ہوں
جب طبیعت ملول ہوتی ہے
ذکر احمد سعید کرتا ہوں

ایک اور چونکا دینے والی بات یہ بھی ہے کہ اُردو زبان کی مہارت اپنی جگہ لیکن پنجابی رُباعیات میں بھی شاعر کا حسن خوب جھلکتا ہے اور مجموعہ مناقب کو پنجابی کی لذت سے آشنا کر کے داد و تحسین حاصل کرتا ہے۔ یہی بات کیا کم تھی کہ ایک اور باب حیرت کھل گیا جب آخری صفحات میں محمد امین ساجد کا ادبی سفر کے عنوان سے شائع شدہ اور زیر طبع کتب کے نام نظر پڑے ان کا تذکرہ بھی برمحل اور برموقع ہو گا تا کہ قارئین امین

ساجد کے فنی و ادبی سفر میں ہمرکاب ہو کر سیرابی پا سکیں۔ نعتیہ مجموعہ "مدینہ یاد آتا ہے" کشمیر پر خوبصورت نظموں کا مجموعہ "ظلم کے دن اب تھوڑے ہیں" مناقب اولیاء "سب سے پہلے"، "سوہنے سوہنے مدینے دی گل کریئے" پنجابی نعتیہ مجموعہ "صلی اللہ علیہ وسلم" کے عنوان سے "ممتاز شعراء کا کلام" "سوہنے نوں نعت سنا لیے" پنجابی نعتیہ مجموعہ اور سلام "بحضور امام عالی مقام" زیر طبع ہے۔ گویا حاصل پور کی مٹی کو یہ شرف حاصل ہوا کہ ایک ادیب، شاعر، نثر نگار، اصناف سخن کے رموز و اوقات اور حاشیہ وقافیہ آرائی کی نہ صرف باریکیوں سے واقف ہے بلکہ روحانیت کے دائرہ کار میں داخل ہو کر مرشد کریم کی روحانی رہنمائی کے طفیل "دریوزہ گری" کی حقیقت سے آشنا کر رہا ہے۔

منقبت ساجد امیں لایا ہے عرس پاک میں
یہ گدا بھی مدح خواں ہے کاظمی سرکار کا

یہاں غلام احمد اقبال سعیدی اور حافظ فاروق خان سعیدی کا تذکرہ بھی ضروری ہے کہ جن کی فکری رہنمائی نے امین ساجد کی حوصلہ افزائی کی یہ مجموعہ مناقب تنظیم السعید پاکستان ملتان نے شائع کیا۔ 19ویں سالانہ عرس پاک کے موقع پر پہلی بار اور 24ویں عرس مبارک پر مزید اضافے کے ساتھ شائع ہوا۔ گویا

نگاہ لطف سے ان کی لکھی ہے منقبت ورنہ
کہاں وہ رازی دوراں بھلا ساجد کہاں تم ہو

امین ساجد سعیدی نے بہت سے چاہنے والوں، حوصلہ افزائی کا فریضہ سرانجام دینے والوں اور فکر کو مہمیز عطا کرنے والی بہت سی شخصیات کے اسماء گرامی بھی لکھ کر ان کا فرداً فرداً شکریہ ادا کر کے حق محبت کو آفاقیت عطا کردی۔

گنجینۂ عرفان سراپا ہے تری ذات
منگتے ہیں ترے شاہ و گدا رازی دوراں

90 صفحات پر پھیلا ہوا مناقب کا بحر بیکراں بھی اعتبار سے خوبصورت الفاظ وتراکیب، استعارات، گہرائی و گیرائی اور تمام محاسن کی چاشنی سے لبریز وہ "جام پُر" ہے جو فقیروں کو مست و بے خود کر دیتا ہے۔ پڑھنے والوں کی یہ کیفیت اور لطف حقیقی سے آشنائی اور زیادہ اس وقت ہو جاتی ہے جب مجموعہ مناقب کے سرورق پر کاظمی سرکار کے روضہ انور کی رنگین تصویر انہیں بھی روحانی طواف کا موقع فراہم کرتی ہے اور مجموعہ کے اختتام پر غزالی زماں رازی دوراں کی خوبصورت اور باتیں کرتی ہوئی تصویر آپ کے سراپائے نور کو نظروں کے راستے دل میں اُتارنے کا سبب بن جاتی ہے جو "دریوزہ گر" کا سرمایہ حیات ہے۔

عالمِ اسلام کی شرحِ درودِ تاج

(قرآن کریم اور احادیث مبارکہ کے انوار میں)

مؤلف: رشید وارثی

صفحات: ۲۶۴

قیمت: 300 روپے

سن اشاعت: مئی 2010ء مطابق جمادی الثانی

ناشر: بزم وارث

ملنے کا پتہ: 190/1 شاہ فیصل کالونی، کراچی۔

فون: 021-34571707

تبصرہ نگار: شیخ الحدیث محمد ابو بکر صدیق

بالشاذلی

زیر نظر شرح درود تاج راقم الحروف کی معلومات کے مطابق اردو زبان میں دوسری شرح ہے۔ اور اللہ تعالی کے فضل سے اس شرح کا اعزاز جناب ابوالفرح رشید وارثی زید مجدہ کو حاصل ہوا ہے۔ شارح موصوف نے اس شرح میں اپنے عشق رسول ﷺ کو جس محبت وعقیدت سے صفحہ قرطاس پر منتقل فرمایا وہ انہیں کا حصہ ہے۔ زیر نظر شرح کے مطالعہ سے ظاہر ہوتا ہے کہ شارح موصوف کو محبت رسول ﷺ سے وافر حصہ ملا ہے جسے بالفاظ دیگر ایمان کامل کہا جا سکتا ہے کہ خود بخاری شریف کی حدیث عشق نبی ﷺ میں کامل کو مومن کامل قرار دیتی ہے۔ اللہ تعالی ان کی اس عشق ومحبت کی سرمستی کو روز افزوں ترقی عطا فرمائے۔ موصوف کی مذکورہ شرح متعدد خوبیوں پر مشتمل ہے جن میں سے عشرہ کاملہ کے مصداق صرف دس کے بیان پر اکتفاء کروں گا۔

۱۔ موصوف نے اگرچہ تطویل سے اجتناب کرتے ہوئے اختصار سے کام لیا مگر اس کے باوجود تمام کلمات پر اس انداز میں گفتگو کی ہے کہ اس شرح کا قاری تشنہ نہ رہے۔

۲۔ شارح موصوف نے ہر ہر لفظ کے نہ صرف لغوی معنی رقم کیے ہیں بلکہ جہاں ضرورت محسوس کی اسکی صرفی واشتقاقی بحث بھی قلمبند فرمائی ہے اور اس کی مثال لفظ "اَللّٰھُمَّ" اور بعض دیگر الفاظ کی بحث میں دیکھی جا سکتی ہے۔

۳۔ اکثر مقامات پر اس درود پاک میں استعمال ہونے والے الفاظ کے استعمال پر قرآنی استدلال بھی پیش کیے ہیں۔

۴۔ بعض مقامات پر لفظ کے معنی پورے طور پر ظاہر کرنے کے لئے زمانہ جاہلیت کے استعمال سے بھی استدلال کیا ہے۔

۵۔ اگر وہ لفظ کسی حدیث میں استعمال ہوا تو باحوالہ اس حدیث کا تذکرہ کیا ہے۔

۶۔ اگر کسی لفظ کی اصطلاحی تعریف کی ضرورت محسوس کی تو اس کی اصطلاحی تعریف مختلف کتب لغت ومعتمد تفاسیر سے بیان کی ہے جس کے نظائر مذکورہ شرح میں مختلف مقامات پر دیکھے جا سکتے ہیں۔ خاص طور پر صلوٰۃ کے اصطلاحی معانی کی بحث میں۔

۷۔ بعض الفاظ مثلاً "سیدنا ومولٰنا" کہ جن کے نبی کریم ﷺ کے بارے میں استعمال پر بعض کم فہم وکوتاہ عقل لوگ اعتراض کرتے ہیں ان سے متعلق نہایت خوبی ومہارت سے کتب معتبرہ کی روشنی میں بحث کی ہے اور کتب حدیث سے ثابت کیا کہ ان کا استعمال سرکار دو عالم ﷺ کے لئے نہ صرف جائز ہے بلکہ فقہ کی معروف ومعتمد کتب سے اس کا استحباب نقل فرمایا ہے۔

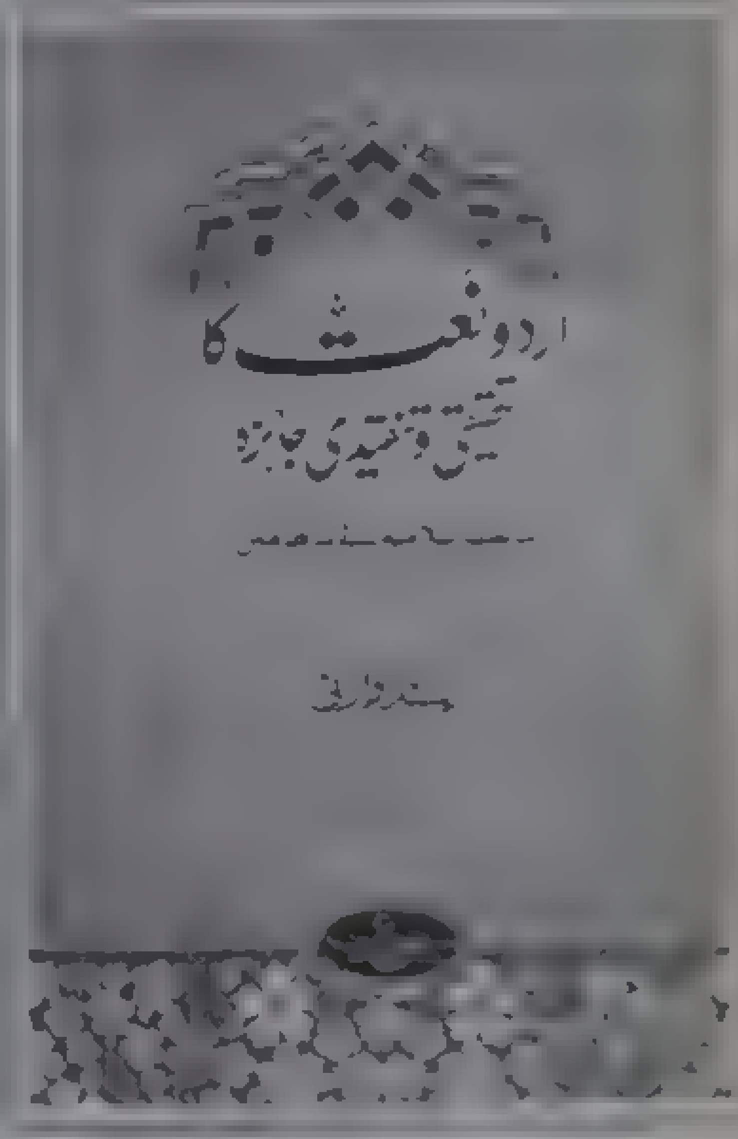
۸۔ مصنف درود تاج سیدی ابوالحسن شاذلی رحمۃ اللہ علیہ نے درود تاج میں آپ علیہ الصلوٰۃ والسلام کی شان میں جو القابات بیان کیے ہیں ان تمام القابات کو قرآن کریم اور صحیح احادیث کی روشنی میں رقم کیا ہے۔

۹۔ ضرورت کے تحت بعض مقامات پر کم فہم معترضین کے اعتراضات کے جوابات خود معترضین کے معتمد علیہ حضرات کی کتب سے دیے ہیں جس کے نظائر "دافع البلاء والوباء ......" کے مقام پر دیکھے جا سکتے ہیں۔

۱۰۔ گاہے بگاہے کتب تصوف کے حوالہ جات سے بھی استفادہ کرتے ہوئے مختلف مقامات کی شرح

بیان کی گئی ہے۔

المختصر شرح مذکور اردو زبان میں ایک عظیم شرح ہے جس کے مطالعے سے عامۃ المسلمین نہ صرف اپنے عقائد کی درستگی کر سکتے ہیں بلکہ عشق رسول ﷺ واہل بیت کرام کی محبت سے اپنے سینوں کو روشن اور قبر کو منور کرنے کا سامان کر سکتے ہیں۔ اللہ تعالیٰ موصوف کی اس شرح کو درود تاج کی طرح قبول عام عطا فرمائے اور ہم سب مسلمانوں کی جانب سے انہیں اس کا بہترین بدلہ عطا فرمائے۔ آمین بجاہ النبی الامین صلی اللہ علیہ وعلیٰ آلہ واصحابہ اجمعین



اردو نعت کا تحقیقی وتنقیدی جائزہ

مصنف: رشید وارثی

صفحات: ۳۱۲

قیمت: ۳۵۰ روپے

سال اشاعت: جمادی الاول ۱۴۳۱ھ/اپریل ۲۰۱۰ء

ناشر: نعت ریسرچ سینٹر

ملنے کا پتہ: (i) کتاب سرائے، اُردو بازار لاہور (ii) فضلی بک سپر مارکیٹ، کراچی

تبصرہ نگار: رفیع الدین ہاشمی

مدحت رسول ﷺ کا موضوع، اُردو شعر و ادب میں اوائل ہی سے شامل رہا ہے۔ ترقی پسندوں نے اسے ایک مختصر عرصے کے لیے 'دیس نکالا' دیے رکھا لیکن جس طرح روس میں انسانی فطرت کو مسخ کرنے یا دبانے کا تجربہ ناکام رہا (اور اس کے نتیجے میں خود اشتراکی نظام روس کی تجربہ گاہ میں ناکام ثابت ہوا) اسی طرح اُردو شعر و ادب سے مدحت رسول اور نعت کی 'جلاوطنی' بھی زیادہ دیر تک برقرار نہیں رہ سکی۔

گزشتہ تین چار دہائیوں سے اُردو شعراء کی کثیر تعداد نعت گوئی کی طرف بڑے والہانہ انداز میں ملتفت ہوئی ہے۔ حتیٰ کہ بڑے بڑے نامور ترقی پسند اور لینن اور اسٹالن کی تعریف میں رطب اللسان رہنے والے نظم گو شعراء بھی نعت کہتے نظر آئے۔ 'صبح کا بھولا شام کو گھر آ جائے' کے مصداق، اُردو شعرا خصوصاً ترقی پسندوں کے ہاں یہ بڑی مثبت اور خوش آئند تبدیلی تھی۔ بلاشبہ اس خوش گوار تبدیلی میں چند خارجی عوامل کا بھی ہاتھ ہے۔ مثلاً جنرل محمد ضیاء الحق مرحوم کے دور میں مختلف انعامات اور ایوارڈوں کے ذریعے سیرت و نعت نگاری کی حوصلہ افزائی کی گئی۔ چنانچہ تب سے سیرت پر بکثرت کتابیں چھپ رہی ہیں اور نعتیہ شاعری کے مجموعے بھی بڑی تعداد میں شائع ہوتے چلے آ رہے ہیں۔ بعض خوش نصیب شعراء نے اپنی شاعرانہ صلاحیتوں کو صرف نعت گوئی کے لیے وقف کر دیا ہے، جیسے محسن کاکوروی مرحوم یا حفیظ تائب مرحوم یا لالہ صحرائی مرحوم یا صبیح رحمانی۔

اُردو نعت کے روز افزوں ذخیرے کو دیکھ کر اُردو تحقیق کاروں کو ایک نیا موضوع تحقیق ہاتھ آ گیا۔ چنانچہ جامعات میں اب تک سیرت ونعت نویسی پر ایم فل اور پی ایچ ڈی کے تقریباً دو درجن تحقیقی مقالے لکھے جا چکے ہیں۔ اسی طرح کچھ نقادوں نے "تنقید نعت" پر بھی قلم اٹھایا۔

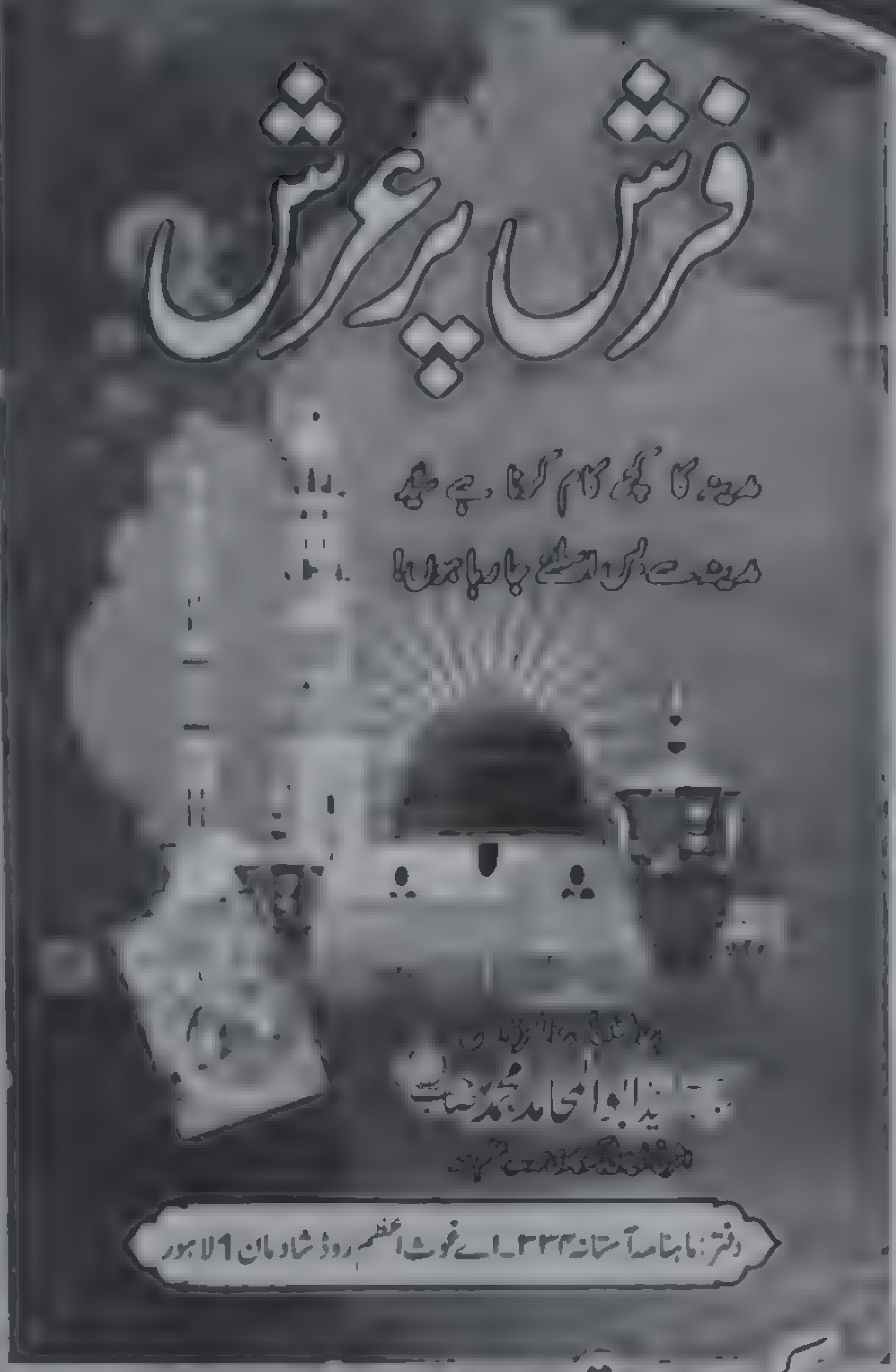
"اُردو نعت کا تحقیقی وتنقیدی جائزہ" نقد وانتقاد کے ایک عمدہ نمونے کے طور پر سامنے آئی ہے۔ مصنف نے سرورق پر "شریعت اسلامیہ کے تناظر میں" کے الفاظ لکھ کر واضح کیا ہے کہ نعت نگاری کی جانچ پرکھ کا معیار شریعت اسلامیہ کے آفاقی وابدی اصول ہیں، جو ہمیشہ قرآن وسنت کی روشنی میں متعین ہوتے ہیں۔

نعت ایک شعری صنف ادب ہے، اس لیے اسے پرکھنے کے لیے نقد شعر و ادب کے اصول بھی پیش نظر رکھنا ناگزیر ہے۔ مصنف تنقید نعت میں 'صداقت کی پابندی' کو ادبیات خصوصاً اسلامی ادب کا 'اہم ترین وصف' قرار دیتے ہوئے لکھتے ہیں "اگر ہم مواد یا اسلوب سے ایک چیز کو ترک کرنے پر مجبور ہوں تو اسلوب کا ترک اولیٰ ہے کیوں کہ ایک نعتیہ فن پارہ اگر اسلامی تعلیمات یا شریعت اسلامیہ کے مطابق نہیں تو اسلامی ادب میں اُس کی کوئی حیثیت نہیں ہے، خواہ وہ کیسے ہی اعلیٰ درجے کے اسلوب میں بیان کیا گیا ہو" (ص ۱۹) چنانچہ فاضل مصنف نے تنقید نعت کے اسی پیمانے سے بعض نعت نگاروں کی کاوشوں کا جائزہ لیا ہے۔

یہ مصنف کے 10 مضامین کا مجموعہ ہے۔ ان میں اُردو نعت میں مروجہ بعض بے اعتدالیوں، بے احتیاطیوں، آنحضور ﷺ کی تعریف و توصیف میں حدود شریعت سے تجاوز اور غلو کے بعض پہلوؤں پر نقد کیا گیا ہے، مثلاً اُردو نعت میں ذم کے پہلو، شانِ الوہیت کا استخفاف، تلمیحات کا غیر محتاط استعمال، انبیائے سابقین کی رفعت شان کا استصغار، نعتوں میں 'یثرب' کا استعمال، شاعرانہ تعلّی، 'صلعم' کا استعمال اور اس کے مضمرات، ضمائر کا استعمال وغیرہ۔ مصنف نے ہر پہلو اور نکتے کی وضاحت قرآن وحدیث اور دلائل و براہین کے ساتھ کی ہے۔ مثلاً بتاتے ہیں کہ 'صلعم' گزشتہ صدی کے ایک خوش نویس کی ایجاد اختراع ہے (ص ۲۶۴)۔ بعض نام ور ادیبوں اور شعراء نے بھی سوچے سمجھے بغیر 'صلعم' کو اپنی تحریروں میں استعمال کیا ہے۔ مصنف نے بہت سی مثالیں دے کر بتایا ہے کہ نہ صرف علماء بلکہ متعدد غیر علما (مگر صاحب الرائے) ادیبوں اور محققین نے بھی 'صلعم' لکھنے، بولنے یا اس مہمل لفظ کو نعت میں باندھنے سے منع کیا ہے۔

فاضل مصنف نے اپنے سیر حاصل مقدمے میں، تنقید نعت اور شریعت اسلامی کی روشنی میں شعر گوئی کے اصولوں کی بڑی عمدگی سے وضاحت کی ہے۔ مصنف نے بجا کہا ہے کہ "نعت نگاری کا اصل سرچشمہ قرآن کریم ہے اور باقی اس کی تشریحات اور تعبیرات" (ص ۱۳)۔

اُردو نعت گو شعراء کی بے اعتدالیوں (جو بعض اوقات مشرکانہ اظہار تک پہنچ جاتی ہیں) کے خلاف قبل ازیں بھی، بعض حضرات نے تنقیدی احتجاج کیا ہے، مثلاً رئیس نعمانی (علی گڑھ)، یا پروفیسر عبداللہ شاہین (اُردو نعت گوئی اور اس کے آداب، لاہور ۱۹۹۹ء)۔ زیر تبصرہ کتاب اس سلسلے کی ایک تازہ کڑی ہے۔ اس کے دیباچہ نگار سید یحییٰ نشیط کے بعض خیالات اگرچہ محل نظر ہیں، مگر رشید وارثی کے مضامین بحیثیت مجموعی معتدل راست فکری کا نمونہ ہیں۔ اُردو نعت گو شعراء بتوفیق الٰہی ان سے بہت کچھ سیکھ سکتے ہیں اور تنقید نعت پر قلم اٹھانے والے ناقدین کو بھی، یہاں سے کچھ نہ کچھ تنقیدی بصیرت مل ہی جائے گی۔ معیار کتابت وطباعت اطمینان بخش ہے۔ (ماخوذ)



حضرت محدث اعظم ہند کچھوچھوی قدس سرہٗ سید الکلام دیوان

''فرش پر عرش'' کا ایک جائزہ

پروفیسر جناب منیر الحق کعبی صاحب

ادب انسانی زندگی کا ترجمان ہوتا ہے اور شاعری باوزن ادب۔ شعر جہاں انسان کے داخلی جذبات و احساسات کا مترنم اظہار ہے وہاں تبلیغ افکار و خیالات کا موثر ذریعہ بھی ہے۔ علماء اہل سنت میں سے جن حضرات نے اپنی علمی، فکری، دینی، مذہبی، معاشی و معاشرتی اور سیاسی سرگرمیوں کی ساتھ ساتھ شعر و سخن کو بھی التفات کا مستحق سمجھا ان میں امام احمد رضا خاں بریلوی سرفہرست ہیں۔ اعلیٰ حضرت رضا بریلوی نے نعت کو اپنی روح کے اضطراب کی تسکین کا سامان تو بنایا ہی تھا، اپنے عقائد و خیالات کا وسیلہ بھی بنایا۔ خالص فکری اور کلامی موضوعات کو بھی شعر کے پیکر میں ڈھال کر ثابت کر دیا کہ ہر عنوان اور موضوع شعر کے پیرہن میں خوش نما ہو سکتا ہے۔ فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کے مجموعہ کلام ''حدائق بخشش'' کو اردو نعتیہ شاعری میں کلاسک کا درجہ حاصل ہے قصیدہ سلامیہ ''مصطفیٰ جانِ رحمت پہ لاکھوں سلام'' کی تو پوری شاعری میں نظیر نہیں۔

اعلیٰ حضرت امام احمد رضا خاں بریلوی رحمۃ اللہ علیہ کے خلفاء و تلامذہ اور متوسلین میں بھی یہ ذوق سخن گوئی نمو پذیر رہا۔ حجۃ الاسلام مولانا حامد رضا خاں بریلوی رحمۃ اللہ علیہ، مفتی اعظم ہند مولانا مصطفیٰ رضا خاں بریلوی رحمۃ اللہ علیہ، صدر الافاضل مولانا نعیم الدین مراد آبادی، مبلغ عالم مولانا شاہ عبد العلیم صدیقی، مولانا سید دیدار علی شاہ الوری اور محدث اعظم ہند سید محمد اشرفی کچھوچھوی رحمۃ اللہ علیہ۔

کچھوچھہ کی سرزمین کو محبوب یزدانی سمنان کے تارک سلطنت سلطان، حضرت مخدوم سید اشرف جہاں گیر سمنانی کی بدولت توقیر و تشریف نصیب ہوئی۔ سید مخدوم اشرف جہانگیر کی ذات میں شریعت و طریقت کا حسین امتزاج تھا۔ یہ اس محبوب یزدانی کا ہی تصرف ہے کہ صدیاں گزرنے پر بھی سعادت و سیادت خاندان اشرفیہ کا طرہ امتیاز اور ورثہ ہے۔ مجدد سلسلہ اشرفیہ سید علی حسین اشرفی ایک فقیہ نکتہ رس، صوفی مرتاض جہان زمانہ، سنت مصطفوی ﷺ کے پابند، شبیہ غوث الاعظم رضی اللہ عنہ اور عاشق رسول علیہ الصلوٰۃ والسلام تھے۔ اعلیٰ حضرت فاضل بریلوی رحمۃ اللہ علیہ نے انہیں دیکھ کر فرمایا تھا:

اشرفی، اے رخت آئینہ حسن خوباں
اے نظر کردہ و پروردہ سہ محبوباں

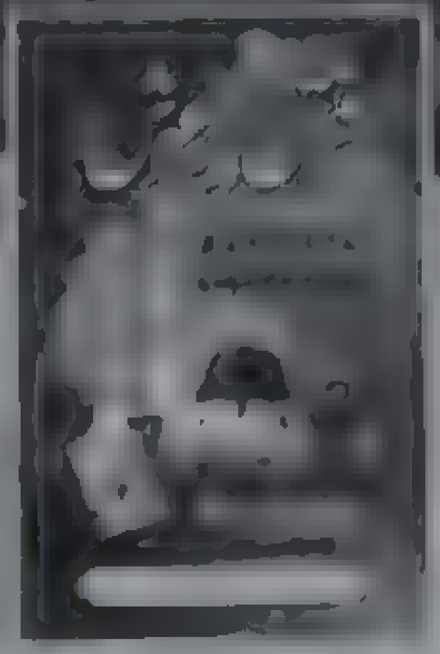
سید علی حسین اشرفی نے اپنی نسبت ہی کو تخلص بنالیا اور یہ حضرت اشرف جہانگیر قدس سرہ سے ان کی عقیدت و محبت کا واضح ثبوت ہے۔ اشرفی کی شاعری، انکی زندگی کی ظاہری اور باطنی جہات و کیفیات کی آئینہ دار ہے۔ شعری تخلیقات اردو، فارسی اور ہندی زبان میں ظہور پذیر ہوئی ہیں۔

1925ء کی مراد آبادی کانفرنس سے خطاب کرتے ہوئے ارشاد فرمایا۔ میری اسی برس کی کمائی میں صرف دو چیزیں ہیں جن کی قیمت کا اندازہ اگر آپ میری نگاہ سے کریں گے تو ہفت اقلیم کی تاجداری ہیچ نظر آئے گی... میں اپنی کمائی نذر کر رہا ہوں، میرا اشارہ پہلے اپنے لخت جگر و نور العین مولانا الحاج ابو المحمود سید احمد اشرف اشرفی جیلانی، پھر اپنے نواسہ و جگر پارہ مولانا الحاج ابو المحامد سید محمد محدث اشرفی جیلانی کی طرف ہے۔ جن دونوں کی ذات میری حقیقی کا سرمایہ ہے۔ میں آج ان جگر کے ٹکڑوں کی نذر پیش کرتا ہوں کہ اعلان حق میں حیات کی آخری ساعت تک سنت و اہل سنت کی خدمت جو سپرد کی جائے اس میں میری تربیت حقوق کا حق ادا کریں۔

یہ دور سیاسی و ملی تحریک و تبلیغ کا دور تھا۔ برصغیر کے تمام مذہبی، سیاسی اور قومی گروہ اور تنظیمیں اپنے اپنے نظریات کے فروغ اور دفاع میں منظم اور مصروف نظر آتے ہیں۔ اس کے لیے بڑے بڑے مذہبی و سیاسی اجتماعات میں عوامی جلسے اور جلوسوں میں، شعلہ بیان مقرر اور خطیب عوام کو پرفسوں الفاظ میں اسیر کر کے فتنہ و فساد پر برانگیختہ کرتے بھی دکھائی دیتے ہیں۔ باطل مذاہب و فرق کے مقابل حق و صداقت کے پرچارک خطیب بھی ہیں۔

سید احمد اشرف اشرفی جیلانی، اہل سنت والجماعت کے خوش بیان و خوش زبان مقرر و مناظر بھی تھے۔ اعلیٰ حضرت فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کے ممتاز تلمیذ و خلیفہ، اشرفی سلسلہ کے جید مرکز و محور بھی تھے۔ معراج شریف کے سلسلہ میں ان کا خصوصی خطاب ہوتا تھا۔ قصیدہ معراجیہ اس قدر خوبصورت اور مترنم انداز میں پڑھتے کہ سامعین پر ایک کیف اور بے خودی سی طاری رہتی۔ اعلیٰ حضرت بریلوی علیہ الرحمہ نے اپنے تین سو ساٹھ اشعار پر مشتمل کلامی قصیدہ میں اپنے اصحاب و احباب کا ذکر کیا ہے اور ان کے حق میں دعا فرمائی ہے۔ اس قصیدہ میں سید احمد اشرف کا بھی ذکر ہے۔ فرماتے ہیں:

احمد اشرف حمد و شرف لے
اس سے ذات پاتے یہ ہیں



ابوالحامد سید محمد اشرف جیلانی نے برصغیر کی معروف ترین علمی شخصیات سے علوم وفنون کو اخذ کیا۔ بدایوں سے حدیث مبارکہ، پیلی بھیت سے معقول ومنقول، علی گڑھ سے فکر پرواز اور امام اہل سنت سے بریلی میں رہ کر فتاویٰ نویسی کی عملی تربیت حاصل کی۔

جہاں مذہبی علوم اور روحانی طیران اس خاندان کا ورثہ آرہا تھا شعروادب بھی اس گھر کا خاصہ چلا آتا تھا۔ سید محمد محدث کچھوچھوی کے نانا سید علی حسین اشرفی صاحب تحائف اشرفی ایک باکمال شاعر والد حکیم نذر اشرف، شاعری سے گہرا شغف اور پھر اعلیٰ حضرت امام احمد رضا خاں قدس سرہٗ کی صحبت کا فیضان، اعلیٰ حضرت کی شاعری کا ہمہ گیر اثر، ان سب عوامل نے سید محمد اشرفی کو بھی مدحت گرو ثنائے گوئے رسالت مآب ﷺ بنادیا اور جب بھی فراق رسول ﷺ سے بے تاب ہوئے، وہ کیف، وہ درد، وہ تڑپ شعر کی صورت میں جلوہ نما ہوئی اور یوں فرش قرطاس پر عرش قلب وروح سے مضامین اُترتے رہے اور اس طرح "فرش پر عرش" مرتب ہوکر منصۂ شہود آیا۔

سید محمد محدث اشرفی 15 ذی قعد 1311ھ کو قصبہ جائس ضلع رائے بریلی میں پیدا ہوئے۔ سید احمد بریلوی نے بھی رائے بریلی ہی سے ظہور کیا تھا جس کے فتنہ جہاد نے ایک عالم کو خراب وگمراہ کیا اور اس رائے بریلی کو پھر سید محمد اشرفی کی جنم بھومی کا شرف حاصل ہوا جن کی بدولت سنت وجماعت اہل سنت کو قیام وثبات ملا۔ سید محمد اشرفی نے 1381ھ میں اس جہان بے بقاء سے "باز جوید روزگار وصل خویش" کے مطابق عالم دوام کو انتقال فرمایا۔ ان ستر سالوں میں شعروادب میں کئی انقلابی رجحانات اور تحریکوں نے جنم لیا اور شعروادب کو متاثر کیا۔ "فرش پر عرش" کا تخلیقی زمان نصف صدی کو محیط ہے۔ دو سو بہتر صفحات پر پھیلے ہوئے اس فرش پر عرش کی بے شمار تابناک کرنوں سے شعری دنیا جگمگا رہی ہے۔ اس مکمل مطبوعہ دیوان میں اُردو حروف تہجی کے اعتبار سے قریب قریب سبھی حروف پر منظومات شامل ہیں اور یہ بھی نہیں کہ محض ردائف کی خانہ پُری کی گئی ہے۔ دیوان میں تمام روایتی اصناف سخن پر اشعار موجود ہیں جو شاعر کی قدرت کلام پر شاہد ہیں۔

غزل کو کلیم الدین احمد نے نیم وحشی صنف سخن کہا تھا۔ یہ بات درست ہے یا نہیں، تاہم غزل انسان کے نیم وحشیانہ جذبات واحساسات کی تطہیر ضرور کرتی ہے۔ شدت جذبات کی تہذیب کر کے اسے شائستگی عطا کرتی ہے۔ غزل کی ریزہ خیالی شاعر کو اپنی جملہ صلاحیتوں کو ایک نقطہ پر مرکوز رکھنے پر مجبور کرتی ہے اور شاعر بھی اپنی ساری کاوشوں کو شعر کی تخلیقی جمالیت منور کرنے میں صرف کرتا ہے۔ کسی بھی شاعر کے کلام کی پستی و بلندی کا اندازہ اس کی غزل سے باآسانی ہوسکتا ہے۔ سید کی غزل میں عام شعری عناصر کے علاوہ وہ خاص کیفیات بھی پائی جاتی ہیں جو تغزل کی جان ہیں اور خود جناب سید کو بھی اس کا احساس ہے وہ خود لکھتے ہیں:

سید محمد محدث اشرفی 15 ذی قعد 1311ھ کو قصبہ جائس ضلع رائے بریلی میں پیدا ہوئے۔ سید احمد بریلوی نے بھی رائے بریلی ہی سے ظہور کیا تھا جس کے فتنہ جہاد نے ایک عالم کو خراب وگمراہ کیا اور اس رائے بریلی کو پھر سید محمد اشرفی کی جنم بھومی کا شرف حاصل ہوا جن کی بدولت سنت وجماعت اہل سنت کو قیام وثبات ملا

معراج شاعری ہے سید ترا تغزل
پہنچا فلک پہ اُڑ کر اس نظم کی زمیں سے

سید کی غزل معاصر غزل سے متاثر بھی ہے اور اس میں وہ خاص حسن بھی ہے جو نعت کی جمال آفرینی اور تصوف کی دل نشینی سے امتزاج پاتا ہے۔

سن کے سید غزل مری بولے
آپ نے پائی ہے طبیعت کیا
آپ کی اس غزل میں اے سید
ساز ہندی ہے لے حجازی ہے

سید کے ہاں جہاں نعت کی بنیادوں سے اٹھائی گئی غزل کا چھتنار شجر عرش سے فرش پر سایہ کناں ہے وہاں خالصتاً غزل کے اشعار بھی بکثرت موجود ہیں۔ ان میں غزل کے جملہ لوازمات موجود ہیں۔ وہ غزل جس سے غزل کا مقصد پورا ہوتا ہے، وہ ہے جس میں عشق ومحبت کی فیفتگی وفریفتگی کے بکثرت دلائل موجود ہوں۔ جس میں سوز وگداز کے تو پہلو شواہد پائے جائیں اور جس میں رقت و لطافت سختی وقساوت سے زیادہ پائی جائے ..... غزل ہی میں شوق وتذکرہ داخل ہے ..... غزل کے الفاظ شیریں، پلدار، قریب الفہم، نرم، غیر پیچیدہ اور واضح ہونا چاہئیں۔ (شعرالہند)

جناب سید کی غزل سے چند اشعار دیکھیے۔

جان رکھتا ہے ترا کشتہ پندار ہنوز
بے نیازی کی قسم روک نہ تلوار ہنوز

☆☆☆

نہ رہی مجھ پہ وہ پہلی سی نظر کیا باعث
ہو گئے آپ کے انداز دگر کیا باعث
آج محسوس مجھے ہوتا ہے ان کا آنا
خون اُچھلتا ہے مرا تار رگ جاں کے قریب

☆☆☆

اس تیر نیم کش کا مزا کچھ نہ پوچھئے
اس کو نہ جس کی کچھ ہو دوا کچھ نہ پوچھئے

☆☆☆

آہ ہے اشک کی روانی ہے
ان کے عاشق کی یہ نشانی ہے
ضعف ہے دور ناتوانی ہے
تو کہاں اے مری جوانی ہے

اب کہاں وہ نالہ و فریاد
مری میت ہے بے زبانی ہے

☆☆☆

ہمیں کیا گر خزاں آئے کہ گلشن میں بہار آئے
نہ تم آئے تو پھر دنیا میں کوئی بھی ہزار آئے
مبارک وہ گھڑی ہے جس میں وہ جان بہار آئے
الٰہی ایسی ساعت روز آئے بار بار آئے

☆☆☆

چشمان سرگیں سے گیسوئے عنبریں سے
اے میرے گمشدہ دل آواز دے کہیں سے

سید محمد محدث اشرفی المتخلص بہ سید سلسلہ اشرفیہ کے ایک سربرآوردہ پیر طریقت اور ابوالمحمود سید احمد اشرف سے بیعت تھے اپنے پیر کی توصیف میں فرماتے ہیں:

احمد الانبیاء و اشرف الاولیاء
للہ الحمد مرشد بڑا مل گیا

اور

احمد حق نما دیا اشرف با خدا دیا
مجھ کو مرے کریم نے پیر بہت بڑا دیا

سید صاحب نے صوفیانہ مسائل کو بھی اپنی غزل کا حصہ بنایا ہے۔ اگرچہ کہا گیا ہے کہ تصوف برائے شعر گفتن خوب است مگر حضرت سید کی یہ واردات قلبی ہیں، روحانی لذات سے آشنا ہیں۔ اس لیے ان کے اشعار میں خلوص ہے اور محبت کی دھیمی دھیمی آنچ لیے ہوئے۔ شعر دیکھیے فنا کے بعد بقا ملتی ہے:

دستور عشق ہے کہ ابھرتے ہیں ڈوب کر
یوسف کو چاہ نے مہ کنعاں بنا دیا

مقام حیرت، بہ کثرت انوار:

میں ہو گیا ہوں بزم حسیناں کا آئینہ
جلوؤں کے اژدہام نے حیراں بنا دیا

وجود حقیقی ایک ہے یہ ساری کثرت غیر حقیقی۔

غیر ممکن ہے کہ ظاہر ہو مظاہر سے جدا
کثرت جلوہ نہیں جلوۂ وحدت کے سوا

کیا ہے اس عالم کثرت کی نمود بے بود
خود بدولت کے سوا قدرت و حکمت کے سوا
کچھ نہیں ہے مری اس ہستی بے بود کی بود
خواب غفلت کے سوا وہم کی علت کے سوا

☆☆☆

کیا بتائیں کہ بود کثرت کیا
ہے حقیقت کی ہے حقیقت کیا

یہ اشعار نعتیہ غزلیات سے منتخب ہیں اور نعت ومناقب ہی "فرش پر عرش" کی نورانی کائنات ہے۔ نعت ومناقب نے مختلف شعری ہیئتوں میں اظہار پایا ہے۔

غزل، رباعی، مخمس، مسدس، ترجیع بند، ترکیب بند، غرض قدیم روایتی اصناف سخن، سبھی وسائل کو جذبوں کے اظہار میں برتا گیا ہے۔ نعت میں کامیابی کے لیے ضروری ہے کہ نعت گو شاعر قرآن وحدیث سے نظری طور پر آگاہ ہو اور قلبی وروحانی طور پر رسول اللہ ﷺ کی اطاعت ومحبت کے جذبات فراواں رکھتا ہو اور سب سے فزوں تر خدائے بزرگ وبرتر کی جانب سے توفیق اور رسول ختمی مرتبت علیہ الثناء والتحیہ کی عنایت شامل حال ہو، ورنہ شاعر، کہنے کو تو نعت کہہ رہا ہوگا مگر قلم کو وہ ضیافت وحفاظت میسر نہ ہوگی اور نوک قلم کے لغزیدہ ہونے کا اندیشہ بہر صورت قائم رہے گا اور قبل ازیں بڑے بڑے بزعم خود نعت نگار ٹھوکر کھا گئے۔ کہیں وہ تنقیص شان وتوہین مقام رسالت کے مرتکب ہو گئے۔ کہیں نعت کہتے کہتے خود کو "خالی از معائب" کے القاب سے طلسم فریب میں مبتلا کر بیٹھے اس کے باوصف نعت حضرت کو اپنی پہچان قرار دینے پر مصر۔ ایسے تخریبہ انداز جو تضادات کا مظہر ہوں، حضور رسالت ﷺ میں کسی طرح بھی زیبا نہیں۔

شاعری شخصیت کا ہی عکس ہوتا ہے، اس سلسلہ میں سید محمد اشرفی کی زندگی کا مطالعہ کیا جائے تو دم واپسیں تک وہ اطاعت ومتابعت سنت میں سانس لیتے رہے بزم ورزم میں قیام سنت کے لیے سعی کرتے رہے۔ عمر بھر اصلاح احوال اُمت کے لیے کوشاں رہے۔ ان کے مشاغل علمیہ وفکریہ اور تحریکات جہاد آزادی میں جوش وولولہ کے ساتھ شرکت اور ہمہ وقت سفر کے لیے پا در رکاب، کے پیش نظر شعر وسخن کے لیے لمحات خلوت کا وہاں کوئی مقام اور گزر نہیں۔ وہ خود ایک قطعہ میں اس جانب اشارہ کرتے ہیں۔

نہ ستائش کی تمنا، نہ مجھے خطرۂ ذم
نہ کسی داد کی خواہش نہ کسی آہ کا غم
میں ہوں اس گوشہ تنہائی کا رہنے والا
کہ جہاں چند کتابیں ہیں، دوات اور قلم

یہ قطعہ اعلیٰ حضرت فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کے تتبع میں کہا گیا ہے بلکہ اگر یہ کہا جائے کہ اعلیٰ حضرت کی رباعی کا آزاد ترجمہ ہے تو بھی بے جا نہیں۔ امام احمد رضا نے اپنی حیات کو اجمالی طور پر ایک رباعی میں سمیٹ کر رکھ دیا ہے۔ دریا کو کوزے میں بند کرنے کی مثال اسی پر صادق آتی ہے۔

> نعت میں کامیابی کے لیے ضروری ہے کہ نعت گو شاعر قرآن وحدیث سے نظری طور پر آگاہ ہو اور قلبی وروحانی طور پر رسول اللہ ﷺ کی اطاعت ومحبت کے جذبات فراواں رکھتا ہو اور سب سے فزوں تر خدائے بزرگ وبرتر کی جانب سے توفیق اور رسول ختمی مرتبت علیہ الثناء والتحیہ کی عنایت شامل حال ہو

نہ مرا نوش ز تحسیں نہ مرا نیش ز طعن
نہ مرا گوش بمدحے نہ مرا ہوش ذمے
منم و کنج خمولے کہ نہ گنجد در وے
جز من و چند کتابے و دوات و قلمے

فرش پر عرش میں اعلیٰ حضرت امام احمد رضا خاں کی پیروی میں کہی گئی نعتیہ غزلوں سے یہ بات ظاہر ہے کہ سید صاحب پر اعلیٰ حضرت کا کسی قدر گہرا اثر ہے۔ حضرت رضا بریلوی علیہ الرحمہ کی ایک نعتیہ غزل کا مطلع ہے:

وہ سوئے لالہ زار پھرتے ہیں
تیرے دن اے بہار پھرتے ہیں

سید کہتے ہیں:

جانب مرغ زار پھرتے ہیں
دن ترے اے ہزار پھرتے ہیں
جب وہ جان بہار پھرتے ہیں

اسی غزل میں اعلیٰ حضرت کا ایک شعر ہے:

ان کے ایما سے دونوں باگوں پر
خیل لیل و نہار پھرتے ہیں

سید صاحب کا یہ شعر دیکھیے:

ان کی انگلی کے اک اشارے پر
دور لیل و نہار پھرتے ہیں

تضمین نگاری ایک نہایت مشکل اور دقت طلب فن ہے۔ غزل میں تو خیر کچھ آسانی ممکن مگر نعت اور ایسی نعت میں، جہاں خاص طور پر شاعر نے دو مختلف مضامین کو بحسن وخوبی امتزاج بخشا ہو وہاں تضمین نگار کا عہدہ برآ ہونا کار مستحیل ہے۔ اس کی مثال اعلیٰ حضرت فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کا مشہور قصیدہ سلامیہ "مصطفےٰ جان رحمت پہ لاکھوں سلام" ہے۔ بہت سے شعراء نے اس سلام کی جزوی یا کلی تضمین کی ہے اور ایک شاعر نے اس کی دو تضمینیں لکھی ہیں، مگر شعراء نے تضامین میں محض برکت حاصل کی اور اپنے جذبہ وخلوص کو مد نظر رکھا۔ فنی طور پر تو وہ تین مصرعے لگا کر خانہ پری مکمل کرتے چلے گئے مگر تخلیقی سطح پر توازن برقرار نہ رکھ سکے۔ اس طرح اعلیٰ حضرت کے کلام اور تضمین نگار حضرات کے کلام میں ایک واضح خلا نظر آتا ہے۔ اعلیٰ حضرت کے اس قصیدہ کی تضمین فکری طور پر ممکن ہی نہیں۔ صرف یہی نہیں اور بھی کئی ایک نعتیہ غزلیں ہیں جن کی تضامین دشوار ہیں۔ لیکن اعلیٰ حضرت کا بہت سا کلام ایسا بھی ہے جو غزل ہی کے روپ میں ہے اور جس پر تضمین کہنا آسان اور ممکن بھی ہے۔ فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کی ایک غزل ہے جس کا مطلع ہے:

کیا ہی ذوق افزا شفاعت ہے تمہاری واہ واہ
قرض لیتی ہے گنہ پرہیز گاری واہ واہ

اسی نعت کا ایک مصرع "ہو رہی ہے دونوں عالم میں تمہاری واہ واہ" مجلس سخن لاہور نے طرحی مصرع کے طور پر منتخب کیا اور بہت سے شعراء نے اس پر طبع آزمائی فرمائی جسے بعد میں جنرل سیکریٹری مجلس سخن اور مدیر "نعت" لاہور راجا رشید محمود نے "نعت" کا فیضان رضا نمبر کے طور پر اگست 1991ء میں ترتیب دے کر شائع کیا۔ اس میں وفا براہوی کی اس غزل کے چند اشعار پر تضمین شامل ہے۔ سید محمد محدث اشرفی نے بھی اس کے چھ اشعار پر تضمین کی ہے۔ مذکورہ مصرع پر دونوں شاعروں کی تضمین کے بند ملاحظہ ہوں

وفا براہوی:

جو تھے ناکارہ سدا کے ہو گئے وہ کام کے
بن گئے انسان کامل، تھے جو انساں نام کے
مل گئے دونوں جہاں دامن تمہارا تھام کے
صدقے اس انعام کے، قربان اس اکرام کے
ہو رہی ہے دونوں عالم میں تمہاری واہ واہ

سید محمد اشرفی

بخشے جاتے ہیں گنہ صدقے میں ... کے نام کے
کام آتے ہیں یہی ہر بیکس و ناکام کے
خاص زتبے ہو گئے ان کی بدولت عام کے
صدقے اس انعام کے، قربان اس اکرام کے
ہو رہی ہے دونوں عالم میں تمہاری واہ واہ

اس توازن سے دونوں شعراء کا اسلوب سامنے آجاتا ہے۔ مولانا جامی کی ایک غزل بڑی معروف ہے۔ یہاں تک کہ سماع کی محافل میں بھی گائی جاتی ہے۔ مولانا جامی نے کس اشتیاق میں نسیم صبح کو اپنا قاصد بنایا کہ وہ ہی ان کے احوال مشتاق کو حضور سید عالم ﷺ میں پیش کرے۔

مولانا جامی کا مطلع ہے

نسیما جانب بطحا گزر کن
ز احوالم محمد را خبر کن
(ﷺ)

سید محمد اشرفی نے اس مطلع کی تضمین کی ہے۔ اس تضمین کی خوبی یہ ہے کہ اس کے پانچ بند ہیں اور ہر بند کی زبان مختلف۔ پہلا بند عربی زبان میں ہے۔

لک یاریح ریحان و روح
واجنحة و طیران قوی
فجودی انما انت جواد
نسیما جانب بطحا گزر کن
ز احوالم محمد را خبر کن
(ﷺ)

فارسی میں ہے

ز آوارہ روی خود حذر کن
نمی نعبد کہ سیر در بدر کن
عنایت بر سر ما سربسر کن
نسیما جانب بطحا گزر کن
ز احوالم محمد را خبر کن
(ﷺ)

اُردو میں ہے

یہ کہنا اے مرے شاہنشہ کن
تیرے مجبور کی دن رات ہے دھن
کہا کرتا ہے مجھ سے سن ارے سن
نسیما جانب بطحا گزر کن
ز احوالم محمد را خبر کن
(ﷺ)

ہندی میں ہے:

کوئی ہے گن پہ کرپا ہے بڑا گن
دیا ہے پن پہ کرتا ہے مہا پن
دہائی دیت ہے سر اپنا دھن دھن
نسیما جانب بطحا گزر کن
ز احوالم محمد را خبر کن
(ﷺ)

اُردو میں ہے۔

دُعا سید تجھے دیتا ہے چمن چمن
تری رہگذار پہ برسا کرے مسن
قیامت تک ترے بازو نہ ہوں سن
نسیما جانب بطحا گزر کن
ز احوالم محمد را خبر کن
(ﷺ)

اس تضمین کے سبھی بندوں میں "کن کو" قافیہ کی بنیاد بنا کر سبھی قوافی اس کے مطابق لائے گئے ہیں۔ بڑا مشکل قافیہ تھا مگر جناب سید کا کہیں قافیہ تنگ نہیں ہوا۔ تمام تضمین میں نسیم صبح کو خطاب کیا ہے اور اس تاثر کو برقرار رکھا ہے۔

سید محمد محدث اشرفی، حضور غوث الاعظم رضی اللہ تعالیٰ عنہ کی اولاد امجاد سے تھے۔ مولانا حسرت موہانی قادری نے حضرت غوث الاعظم رضی اللہ عنہ کے حضور میں استغاثہ پیش کیا ہے۔ حسرت لکھتے ہیں:

دستگیری کا طلب گار ہوں شیئاً للہ
میر بغداد میں لاچار ہوں شیئاً للہ

سید صاحب نے اس "التجا" پر بھی تضمین کی ہے اور خوب کی ہے۔

زندہ در گور ہوں بیمار ہوں شیئاً للہ
پا بہ زنجیر و گرفتار ہوں شیئاً للہ
اس پہ بے دست ہوں نادار ہوں شیئاً للہ
دستگیری کا طلب گار ہوں شیئاً للہ
میر بغداد میں لاچار ہوں شیئاً للہ

عشق رسالت مآب ﷺ تو گویا سید محمد اشرفی کا سرشت میں داخل ہے اور پھر ماحول نے اس نور کو اور تابندگی بخش دی تھی۔ یہی وجہ ہے کہ یہ نور ان کی شاعری میں جوئے متلاطم کی طرح رواں ہے۔ اور ایسا لگتا ہے کہ جب شاعر کا دل مجروح فراق رسول ﷺ سے تڑپتا ہے تو بے اختیار اس کے نالہ ہائے ناشکیب شعروں کے پیکر میں ڈھلنے لگتے ہیں۔ سانس لیتا ہے تو نسیم صبح کو اپنا ہم راز بناتا ہے۔ آنکھ اُٹھاتا ہے تو گنبد خضرا کو مخاطب کرتا ہے اس کی تعریف و توصیف میں رطب اللسان ہوتا ہے۔ "گنبد خضرا" میں شاعر کی وارفتگی نے لفظوں کو بھی وارفتہ کر دیا ہے اور قاری پر بھی ایک کیف و بے خودی سی طاری ہو جاتی ہے۔

بہاروں پر ہے کیا باغ و بہار گنبد خضرا
کہ جنت کی بہاریں ہیں نثار گنبد خضرا
نبیوں کی، ولیوں کی، فرشتوں کی گزرگاہیں
فلک تمثال ہے قرب و جوار گنبد خضرا

سید محمد محدث اشرفی کی طویل بحروں کی منظومات میں داخلی کیفیات کا اظہار، مترنم انداز میں موج بے قرار کی صورت ملتا ہے۔ میر تقی میر کی طویل بحروں کا ترنم آفریں لہجہ اور غلام امام شہید کا والہانہ پن سید صاحب کی نعتیہ غزلوں میں ایک خاص سجاؤ کے ساتھ موجود ہے۔

عشق رسالت مآب ﷺ تو گویا سید محمد اشرفی کی سرشت میں داخل ہے اور پھر ماحول نے اس نور کو اور تابندگی بخش دی تھی۔ یہی وجہ ہے کہ یہ نور ان کی شاعری میں جوئے متلاطم کی طرح رواں ہے۔ اور ایسا لگتا ہے کہ جب شاعر کا دل مجروح فراق رسول ﷺ سے تڑپتا ہے تو بے اختیار اس کے نالہ ہائے ناشکیب شعروں کے پیکر میں ڈھلنے لگتے ہیں

اس گنبد خضرا پر دن رات اک نور کا عالم رہتا ہے
یہ طور ہے نادان بام نہیں جلوہ ہے چراغ شام نہیں
محبوب خدا کا دیوانہ دانائے رموز ایماں ہے
تعظیم نبی سے گھبرانا یہ کفر تو ہے اسلام نہیں
آوارہ کوچہ یار تو ہے رسوائے سر بازار تو ہے
ناکام محبت بھی ہم سے کچھ پوچھو تو ناکام نہیں
بدنامی عشق میں عزت ہے رسوائی نشان سیادت ہے
میں رند خراباتی نہ ہوں تو سید میرا نام نہیں

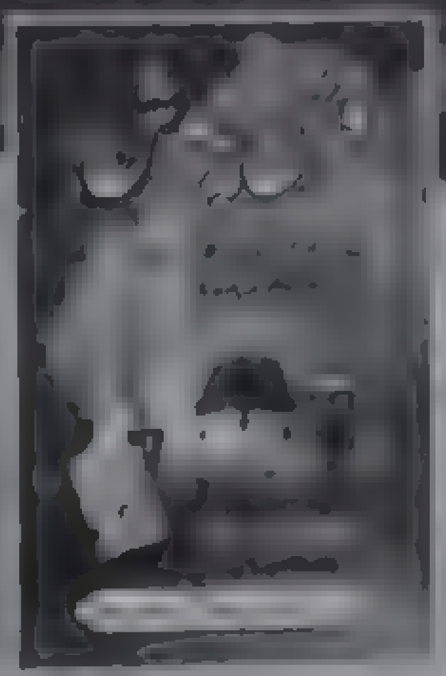
میر بھی عاشق تھے۔ ان کا مجازی عشق تھا۔ رسوائی ہوئی تو سادات کی عزت یاد آئی اور کہا تھا:

پھرتے ہیں میر خوار کوئی پوچھتا نہیں
اس عاشقی میں عزت سادات بھی گئی

لیکن سید صاحب کا عشق ایک حقیقت تھا اور محبوب حقیقی سے تھا اس لیے انہیں رسوائی سیادت کا طغرائے عظمیٰ محسوس ہوئی۔ اسی غزل کی بحر میں فیض احمد فیض کا بھی تغزل سے لبریز لب ولہجہ دیکھئے یہاں لفظیات کا [illegible] تبدیل ہو گیا ہے۔

مشکل ہیں اگر حالات وہاں، دل بیچ آئیں جاں دے آئیں
دل والو کوچہ جاناں میں کیا ایسے بھی حالات نہیں
جس دھج سے کوئی مقتل میں گیا، وہ شان سلامت رہتی ہے
یہ جان تو آنی جانی ہے، اس جاں کی تو کوئی بات نہیں
میدان وفا دربار نہیں، یاں نام و نسب کی پوچھ کہاں
عاشق تو کسی کا نام نہیں کچھ عشق کسی کی ذات نہیں
گر بازی عشق کی بازی ہے جو چاہو لگا دو ڈر کیسا
گر جیت گئے تو کیا کہنا ہارے بھی تو بازی مات نہیں

سید صاحب کے مطلع میں ایک جذباتی تموج ہے جو انہیں رندی کی طرف لے گیا ہے۔ رند صوفیہ کے نزدیک وہ عاشق ذات حق تعالیٰ ہے جو اپنے غلبہ عشق میں ان رموز اور حقائق کو (جن کا چھپانا عوام الناس سے ضروری ہے) اعلانیہ بیان کر دے۔ اور یہ موج تلاطم خیز ان کے ہاں ہر جگہ نہیں، وہ صاحب سکر ہیں اور صاحب صحو آداب شریعت کا پابند ہوتا ہے اور شریعت اس کی نگہبانی کرتی ہے، اس لیے کسی [illegible] میں بھی لغزیدگی کا احتمال [illegible]



حضور سید عالم ﷺ کے اصحاب مکرم ایک لاکھ سے متجاوز ہیں۔ مگر ان میں بھی سرکار رسالت مآب ﷺ کا سراپا بیان کرنے کا شرف چند ایک صحابہ کو میسر ہو سکا ہے۔ ان میں امیر المومنین حضرت علی رضی اللہ عنہ اور ہند بن ابی ہالہ رضی اللہ عنہ نے قدرے تفصیل سے کام لیا ہے۔ عربی، فارسی اور اُردو شعراء نے اپنے انداز میں سرکار رسالت مآب ﷺ کا سراپا رقم کیا ہے لیکن بیان کی جو نزاکت اور لطافت، زورِ اجمال آفرینی اور عشق و محبت کی دل آویزی، قصیدہ سلامیہ، مصطفےٰ جانِ رحمت پہ لاکھوں سلام، اعلیٰ حضرت فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کے بیان کردہ سراپائے سرکار ﷺ میں ہے وہ دنیا کے کسی بھی نعتیہ ادب میں کسی بھی شاعر کے ہاں تخلیق نہیں پا سکی۔ یہ بات سید صاحب کے ذہن میں تھی، بحر بھی تبدیل کی اور زمین بھی۔ اعلیٰ حضرت کے "سلام" کو ردیف کا مرکز بنایا گیا اور قصیدہ سلامیہ میں جہاں درود و سلام کو جمع کیا وہاں پہلے مصرع میں درود اور دوسرے میں سلام لایا گیا۔ سید صاحب نے 153 اشعار پر مشتمل سلام لکھا اور ردیف "صلی اللہ علیہ وسلم" رکھی۔ لفظوں کے انتخاب میں اعلیٰ حضرت کا اثر واضح نظر آتا ہے۔ قرآن و حدیث سے مقتبس تراکیب سے جابجا مصرعوں کی تزئین و آرائش کی ہے۔

اللہ اللہ سرور عالم صلی اللہ علیہ وسلم
اپنے خدا کے خلیفہ اعظم صلی اللہ علیہ وسلم
انا اعطینک الکوثر عالم کثرت کے وہ سرور
انا فتحنا ان کا پرچم صلی اللہ علیہ وسلم
چہرہ پر والشمس کا غازہ گیسو پر واللیل کا سایہ
بگڑی بنا دیں ہو کے برہم صلی اللہ علیہ وسلم

فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کے کلام سے شکوہ اور عظمت کا احساس ہوتا ہے اور سید صاحب کی شاعری سے سادہ اور پُرخلوص شاعر کی شخصیت سامنے آتی ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ شاعر موصوف، حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ایک ایک ادا پر شوق و سرمستی میں سلام بھیج رہے ہیں۔ جناب سید کا دل مضطرب ہوتا ہے تو وہ سلام نگاری شروع کر دیتے ہیں۔ "سلام" کے بند ملاحظہ ہوں:

طیش کی آگئی گھڑی دل نہ رہا ذرا ملول
نالہ و آہ بے مبث غم کا ہے تذکرہ فضول
خوب کھلا سدا بہار گلشن کن فکاں کا پھول
چھا گئے میری روح پر میرے نبیؐ مرے رسولؐ
صل علیٰ نبینا صل علیٰ محمدؐ
زینت بزم کائنات ذات جمیل کا وجود
رحمت خاص کبریا ان کے قدم کا ہے ورود
دید جمال مصطفےٰ حضرت حق کا ہے شہود
ایسے نبیؐ پہ آیئے جھوم کے بھیجئے درود
صل علیٰ نبینا صل علیٰ محمدؐ

اس "سلام" میں اقبال کی بحر منتخب کی گئی ہے اور لفظیات کا انعکاس بھی۔ اقبال کی نعت کا مطلع ہے:

لوح بھی تو قلم بھی تو تیرا وجود الکتاب
گنبد آبگینہ رنگ تیرے محیط میں حباب

ایک اور مقام پر سید صاحب نے "علیہ الصلوٰۃ السلام" ردیف رکھی ہے۔

یداللہ نام ان کے ہاتھوں کا آیا خدا کا کیا ان کا کردار ٹھہرا
کلام خدا اور زبان محمد علیہ الصلوٰۃ علیہ السلام
رقم کر رہا ہوں مگر یا الٰہی تو پھیلا دے قرطاس پر روشنائی
بس احد سب پڑھیں اس کو احمد علیہ الصلوٰۃ السلام

اس سلسلہ میں محسن کاکوروی کا ایک شعر دیکھیے:

الٰہی کھل جائے روشنائی میرے نامے کی
بڑھا معلوم ہو لفظ احد میں حم احمد کا

مقطع میں تخلص کے استعمال میں بڑی ندرت سے کام لیا ہے۔ بظاہر ان کا مکمل نام بنتا ہے معنوی طور پر نعت بھی

للہ الحمد ہم نے وہ پایا کہ بعد از خدا صرف ان کا ہے
پایا۔ وہ کل ماسوی اللہ کے سید محمد علیہ الصلوٰۃ علیہ السلام

پایا اور پایا میں صنعت تجنیس کا طاقہ بھی قائم ہے مگر صنعت کو شوق پروان چڑھانے کی خاطر استعمال نہیں کیا گیا۔ ایک اور "سلام" لکھا ہے جس میں جدید نعت کا انداز کارفرما ہے۔ سیرت رسول اکرم ﷺ کا بیان ہے۔ لگتا ہے شعوری یا لاشعوری طور پر ماہر القادری کے "سلام" کا جواب ہے۔ ماہر نے حضور ﷺ کی سیرت بیان کرتے وقت محض بشریت حضور پر توجہ مرکوز رکھی ہے اور جناب سید نے کمالات و خصائص نبوت کو بھی نظر میں رکھا ہے۔ ماہر کے سلام کا اسلوب دیکھیے:

سلام اس پر کہ جس نے بے کسوں کی دستگیری کی
سلام اس پر کہ جس نے بادشاہی میں فقیری کی
سلام اس پر کہ جس نے خوں کے پیاسوں کو قبائیں دیں
سلام اس پر کہ جس نے گالیاں سن کر دعائیں دیں
سلام اس پر کہ اسرار محبت جس نے سمجھائے
سلام اس پر کہ جس نے زخم کھا کر پھول برسائے

ڈاکٹر اشفاق کے مطابق "شاعر یکے بعد دیگرے حضور ﷺ کے اسوہ حسنہ کے مختلف پہلوؤں کو اجاگر کرتا ہے اور سیرت پاک کا ایک ایسا مرقع پیش کرتا ہے جس میں دنیا کے لیے بصیرت اور ہدایت کا سامان ہے۔" لیکن غور و تامل سے کام لیا جائے تو محسوس ہوگا کہ دنیا کے ہر مصلح کو اسی قسم کے رویہ کا مظاہرہ کرنا پڑتا ہے۔ اس سلام میں نعت رسالت مآب ﷺ کہاں ہے؟ اس کے برعکس سید صاحب کے کلام سے شان پیغمبر ہویدا ہو رہی ہے۔

سلام ان پر کہ مخلوقات میں جلوہ نمائی کی
سلام ان پر کہ خالق سے نہ دم بھر کو جدائی کی
سلام ان پر کہ عرش اللہ پر بھی جبہ سائی کی
سلام ان پر کہ کملی اوڑھ کر فرماں روائی کی
سلام ان پر کہ ان کو صدر بزم انبیا کہیے
سلام ان پر بھی ہے وہم جس کی مصطفائی کی
سلام ان پر عبادت کو عبادت کر دیا جس نے
سلام ان پر بتوں سے کعبہ کی جس نے صفائی کی

سلام کے ان اشعار میں جو صفات بیان ہوئی ہیں وہ کسی ریفارمر میں نہیں ہو سکتیں اور نہ کوئی مصلح یا عام بشر ان صفات کے حامل ہونے کا دعویٰ کر سکتا ہے۔

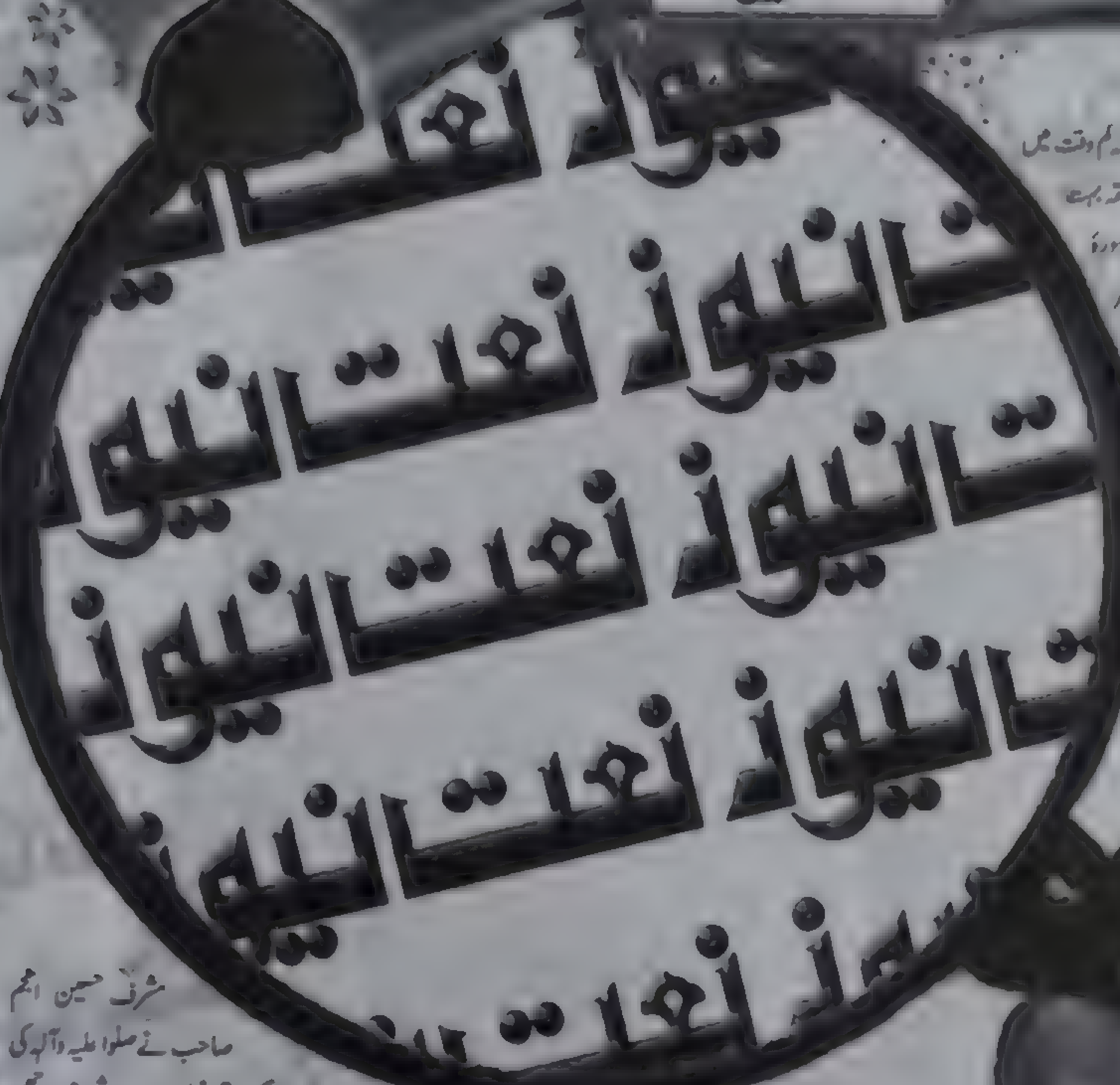
جناب سید، واحد غائب میں سلام کہتے کہتے، جب ان کا قلبی شوق تیز ہوتا ہے تو صیغہ خطاب میں لذت حضوری سے بہرہ یاب ہوتے ہیں۔ اکبر وارثی میرٹھی کا یہ سلام بہت مشہور ہے۔ رابعہ رشید محمود، نعت کے خصوصی شمارہ "وارثیوں کی نعت" نمبر میں رقم طراز ہیں "اکبر وارثی میرٹھی کا "یا نبی سلام علیک" بہت مشہور ہے اور اب بھی مساجد و محافل میں خشوع و خضوع کے ساتھ پڑھا جاتا ہے۔

جان کر کافی سہارا لے لیا ہے در تمہارا
خلق کے وارث خدارا لو سلام اب تو ہمارا
یا نبی سلام علیک یا رسول سلام علیک
یا حبیب سلام علیک صلوٰۃ اللہ علیک

اس سلام کی خوبی یہ ہے کہ اس میں ایک ارتقاء ہے۔ سلام تو ایک ہی ذات اقدس پر ہے مگر نبی، رسولؐ، حبیبؐ کے الفاظ میں ایک معنوی عروج ہے۔ جناب سید محمد محدث اشرفی کے سلام کے اشعار ملاحظہ ہوں:

باقی بقیہ نمبر3

فاضل بریلوی علیہ الرحمہ کے کلام سے شکوہ اور عظمت کا احساس ہوتا ہے اور سید صاحب کی شاعری سے سادہ اور پُرخلوص شاعر کی شخصیت سامنے آتی ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ شاعر موصوف حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ایک ایک ادا پر شوق و سرمستی میں سلام بھیج رہے ہیں



سہ ماہی ''نعت نیوز'' پر ایک نظر

محمد امین ساجد سعیدی حاصل پور

سبحان اللہ عصرِ حاضر کا منفرد اور حسین ترین جریدہ ''نعت نیوز، کراچی'' سے محترم دوست ثنا خوانِ رسول ﷺ منیر حسین ہاشمی سعیدی صاحب کے توسل سے نظر نواز ہوا۔ ٹائٹل پر گنبد خضریٰ کی مقدس تصویر قلب و نظر کیلئے راحت و تسکین کا باعث ہے۔ گنبد خضریٰ کے نیچے مدیر محترم جناب محمد زکریا شیخ الاشرفی کا نام رقم ہے۔ پہلے صفحے پر فہرست بھی ایک خاص قرینے سے مرتب کی گئی ہے۔ بھائی محمد زکریا اشرفی صاحب کو یہ شرف بھی حاصل ہے کہ فیضانِ نظر میں اپنے شیخ مکرم کا اسمِ گرامی قبلہ شیخ اعظم الحاج سید محمد شاہ اشرف اشرفی الجیلانی حصول برکات کے درج ہے۔

''نعت نیوز'' کی سرپرستی کیلئے جس اہم شخصیت کا انتخاب کیا گیا ہے وہ واقعی لائق تحسین و آفرین اور قابلِ ستائش ہے۔ نعت کے حوالے سے جن کی خدمات تاریخ کا حصہ بن چکی ہیں۔ محترم تقدس مآب جناب سید صبیح الدین صبیح رحمانی صاحب ہیں۔ درج ذیل نعت نیوز کی ضرورت کے پیشِ نظر ذمہ داریوں کے لیے جن احباب کو اس مقدس کاروان میں شامل کیا گیا ہے سبھی قابلِ قدر اور قابلِ احترام شخصیات ہیں۔ علمی اور ادبی حوالے سے کسی تعارف کے محتاج نہیں۔

صفحہ نمبر 2 پر ملک اور بیرونِ ملک ممتاز ثناء خوانوں کی [illegible]

نعت نیوز سے معلوم ہوتا ہے کہ کم وقت میں نعت نیوز نے اپنی محبتوں کا حلقہ بہت وسیع بنا لیا ہے۔ اگلے صفحہ پر سورۂ فاتحہ کا منظوم ترجمہ سیماب اکبر آبادی، ابرار کرت پوری کی علمی ادبی سخن دانی کا نادر اور گراں قدر سرمایہ اور منفرد ترین اثاثہ ہے۔ اداریے سے بہت سی باتوں کی آگاہی حاصل ہوئی۔ انتہائی پُرمسرت بات یہ ہے کہ نعت نیوز کی ڈیکوریشن ہو چکی ہے۔ مایوس کن بات یہ ہے کہ احباب نے حوصلہ افزائی کرنے کی بجائے بے جا تنقیدی پہلو، اقربا پروری وغیرہ کی دل سوز و دل خراش باتیں کوئی تعمیری پہلو نہیں رکھتیں۔

مدیر محترم جناب زکریا صاحب اُجلی سوچ اور وسعت قلبی پُرخلوص اور مونس و مہربان شخصیت کے مالک ہیں۔ راقم سے جب فون پر رابطہ ہوا۔ حوصلہ افزا لب و لہجے میں لب کشا ہوئے کہ میرے لائق کوئی خدمت ہو تو بتائیں جس سے خوشی محسوس ہوئی ورنہ لوگ خون سننا بھی گوارا نہیں کرتے۔

بہرکیف شہر شہر قریہ قریہ نعت کے حوالے سے دورے کرکے فروغِ نعت کے لئے احباب سے رابطے بڑھانا ایک عظیم الشان کوشش ہے جس کی جتنی بھی تعریف کی جائے کم ہے۔ اداریے میں آئندہ کیلئے پروگرام سے ہر شمارہ کی کامیابی و کامرانی کی نئی نئی راہیں استوار ہوں گی۔ اداریے کے بعد اگلے صفحہ پر حمد باری تعالیٰ منظر عارفی صاحب کا ایک ایک شعر آبِ زر سے لکھنے کے قابل ہے۔ قمر حجازی صاحب کا نذرانۂ عقیدت بحضور سرورِ کونین ﷺ خوشبو کی ردیف کے ساتھ بہت خوب ہے۔

عظمیٰ ریاض صائمہ (وہاڑی) نے کمال کی نعت شریف لکھی ایک شعر دیکھیے۔

تیری بات لکھ رہی ہوں بڑی بات لکھ رہی ہوں
تیرے کرم سے آقا پھر نعت لکھ رہی ہوں

ڈاکٹر محمد شرف حسین انجم صاحب نے صلوا علیہ و آلہٖ کی ردیف کے ساتھ خوبصورت بندش میں اچھی کاوش کی ہے۔ نصیر الدین نصیر صاحب کا سلام بحضور امام عالی مقام حسین ترین انداز میں پیش کیا گیا ہے۔

'خانوادۂ علم و ادب فخر السادات قبلہ سید غلام معین الحق گیلانی صاحب کا پیرانِ پیر دستگیر حضور غوث اعظم محبوب سبحانی کی بارگاہ میں نو اشعار پر مشتمل بڑے اچھوتے مرصع مسجع انداز میں نذرانۂ عقیدت اپنی مثال آپ ہے۔ خواجہ خواجگان حضرت خواجہ معین الدین چشتی اجمیری رحمۃ اللہ علیہ کی شان میں حضرت ستار وارثی نے چاند ستاروں سے مزین کرکے اپنی عقیدت و محبت کا اظہار کیا ہے اور خوب کیا ہے۔

کہنہ مشق بزرگ شاعر ادیب طارق سلطان پوری کا ''نعت نیوز'' بہترین خراج تحسین ہے۔ قطعات تاریخ کے ساتھ اپنی ماہرانہ صلاحیتوں کا اظہار کیا گیا ہے۔

طارق رشید صاحب کی

نعت نیوز کے ایڈیٹر واجب الاحترام محمد زکریا شیخ اشرفی کے رشحات قلم کی سیاہی روشن چراغوں کی طرح روشنی بکھیر رہی ہے اور انہوں نے مرحوم عاشق رسول جناب رشید وارثی کی نادر روزگار شخصیت پر نادر تحریر فرمائی ہے۔ جناب رشید وارثی نعت گو شاعر کے علاوہ ایک معروف مذہبی اسکالر ادیب اور صاحب تحریر شخصیت کے مالک تھے۔ ان میں ایک اہم اور قابل احترام وصف حب اہل بیت تھا یہی اصل مومن کی پہچان ہے

ی جانب
ہے یَک
خوبصورت شعر بھی
خوبصورت انتخاب
ہے۔

کبھی ذکر شہادت ہے
کبھی جشن ولادت ہے
بہر صورت ہماری زندگی
وقفِ عبادت ہے

ڈاکٹر شبیر احمد قادری فیصل آباد کا موزوں پر اثر اور مفید ترین موضوع "نعت خوانی کے معاشرے پر اثرات" پر بہترین مضمون ہے۔

مرحوم رشید وارثی کی قلمی، علمی، ادبی کاوش "دینی محافل کی نظامت" تحریر بہت خوب ہے کیونکہ آج کل دینی سیاسی ہر طرح کی محافل میں نظامت کو ایک مرکزی حیثیت حاصل ہے اور نقیب محفل، اسٹیج سیکریٹری مختلف نام ہیں کام ایک ہی ہے انہوں نے فتح مکہ کے بعد عطارد بن حاجب تمیمی کا واقعہ تحریر فرما کر معلومات میں اضافہ فرمایا اس نظامت کو اہمیت اس لیے حاصل ہے کہ "نظامت" کو خود سرکار علیہ الصلوٰۃ والسلام نے خود شرف بخشا۔ آج کل خطابت یا نظامت کو دینی محافل میں مرکزی مقام حاصل ہے اگر سلیقے سے قرینے سے اس کام کو سرانجام دیا جائے تو مثبت اثرات سامنے آتے ہیں۔ اس معاملہ میں غیر سنجیدگی سے منفی اثرات پڑتے ہیں۔ اس کے لیے 12 راہنما اصول ترتیب دیے ہیں۔ مرحوم رشید وارثی کو اللہ تعالیٰ جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا فرمائے۔ انہوں نے اس کی ضرورت کو محسوس فرماتے ہوئے ایسا کیا اور خوب کیا۔ عصر حاضر کے نئے آنے والے نقیب کو اس کا مطالعہ کرنا بہت ضروری ہے۔ صفحہ 16 پر کراچی کے معروف ثناخوان محمود الحسن اشرفی سے مختصر گراں قدر مکالمہ محترم جناب ناصر حنیف نے کیا ہے۔

میڈیا راؤنڈ اَپ ..... کے عنوان سے محمد ہارون شیخ اشرفی صاحب نے ARY / Qtv کی تقریباً سات سال کی معلومات کو یکجا کر کے اپنی محنت شاقہ کا ثبوت دیا ہے اور یہ مفید ترین ریکارڈ محفوظ کیا ہے۔ یہ ایک لائق تحسین و آفرین کاوش و کوشش ہے۔ پورے سال کے مذہبی تہوار مختلف ایام کے مخصوص پروگرام ایک مخصوص اور قابل ترین ٹیم کی سلیقہ شعاری کی وجہ سے ترتیب دیے ہیں۔ منجھے ہوئے قابل فخر احباب کی وجہ سے ARY/Qtv کی کامیابی و کامرانی برقرار ہے۔ عصر حاضر میں دیگر چینلز میں Qtv کی جو قابل ستائش خدمات ہیں وہ روز روشن کی طرح عیاں ہیں۔ اپنے معیار کو بہتر سے بہتر قائم کیے ہوئے ہیں یہ دین اسلام کی تبلیغ کا احسن ترین ذریعہ ہے جس حسن و خوبی سے قابل قدر شخصیات اور متاثر کن پروگرام پیش کرتی ہیں اس سے لوگ دائرۂ اسلام میں جوق در جوق شوق سے داخل ہو رہے ہیں اور ایسے واقعات تقریباً سامنے آتے رہتے ہیں یہی Qtv کی اپنی انفرادیت ہے۔

محمد ہارون شیخ اشرفی نے خوشبوئے حسان ؓ کے عنوان سے ARY/Qtv کے ایک مقبول ترین سلسلے کا ذکر کیا ہے اور یہ سہرا ARY/Qtv کے چیئرمین حاجی عبدالرؤف کے سر جاتا ہے جو سید محمد قاسم جلالی کی خاص معاونت کا ثبوت ہے اور اس پروگرام کو شاعر دربار رسول ﷺ حضرت حسان بن ثابت ؓ کے نام سے منسوب کیا ہے اس پروگرام میں نامور شعرائے اکرام کو خراج تحسین پیش کیا گیا ہے۔

واقعی یہ لوگ اسی اعزاز و شرف کے مستحق ہیں اور یہ شعراء کرام بارگاہ رسالت میں مقبول اور منظور ہیں اور آئندہ کیلئے یہ سلسلہ جاری و ساری ہے اس پروگرام میں اہل علم نامور اسکالرز حضرات اپنی علمی قابلیت سے گفتگو فرماتے ہیں۔

نعت کائنات ARY/Qtv کا منفرد اور مقبول سلسلہ ہے جس میں صاحب کتاب نعت گو شعراء اکرام کو خراج تحسین پیش کیا گیا ہے۔

جن میں خالد محمود خالد نقشبندی، محمد علی ظہوری، قمر الدین انجم، ادیب رائے پوری، علامہ ریاض الدین سہروردی، منور بدایونی، بہزاد لکھنوی، مظفر وارثی، محمد اعظم چشتی، عبدالستار نیازی، حفیظ تائب کی خدمات پر گفتگو کا ذکر خیر ہے ان کے میزبان کو ہر شخص نے تسلیم کیا۔ محترم جناب تسلیم صابری صاحب جن کے لب و لہجہ میں بہت تاثیر ہے۔

نعت نیوز کے ایڈیٹر واجب الاحترام محمد زکریا شیخ اشرفی کے رشحات قلم کی سیاہی روشن چراغوں کی طرح روشنی بکھیر رہی ہے اور انہوں نے مرحوم عاشق رسول جناب رشید وارثی کی نادر روزگار شخصیت پر نادر تحریر فرمائی ہے۔ جناب رشید وارثی نعت گو شاعر کے علاوہ ایک معروف مذہبی اسکالر ادیب اور صاحب تحریر شخصیت کے مالک تھے۔ ان میں ایک اہم اور قابل احترام وصف حب اہل بیت تھا یہی اصل مومن کی پہچان ہے۔ محترم مدیر نعت نیوز نے جو لکھا بجا لکھا ہے کہ جو شخص اہل بیت سے ذرا سی محبت کا اظہار کرے اس کو شیعیت کے لبادے میں لپیٹ دیا جاتا ہے حالانکہ یہ تنگ نظری اور ایمان سے دوری کی علامت ہے ایسا کراچی میں نہیں بلکہ پاکستان میں ہر جگہ یہی صورتحال ہے اور یہ "ملّا ازم" کی اختراع ہے۔ خواجہ غلام فرید (کوٹ مٹھن) نے خوب فرمایا:

"ملاں کہیں کا روے، شیعہ نہ جانن یادوے"

سلطان العارفین حضرت سلطان باہو نے اپنی فراست میں فرمایا:

جے کر دین علم وچ ہندا تے سر نیزے کیوں چڑھدے ہو
اٹھاراں ہزار جو عالم آہا تے اگے حسین دے
مردے ہو

آج کل نقابت یا نظامت کو دینی محافل میں مرکزی مقام حاصل ہے اگر سلیقے سے قرینے سے اس کام کو سرانجام دیا جائے تو مثبت اثرات سامنے آتے ہیں۔ اس معاملہ میں غیر سنجیدگی سے منفی اثرات پڑتے ہیں۔ اس کے لیے 12 راہنما اصول ترتیب دیئے ہیں

بہر کیف رشید وارثی مرحوم کی یہ خوبی ان کے اشعار میں بھی نمایاں دکھائی دیتی ہے یعنی جو ان کا ظاہر تھا وہی ان کا باطن تھا اور یہ ایک نیک سیرت انسان کا وصف ہوتا ہے وہ اپنے اشعار میں احادیث مصطفےٰ کا ترجمہ فرماتے ہیں:

ہے قولِ پاک رسول اکرم حسین مجھ سے جدا نہیں ہے
جو ابن حیدر سے بغض رکھے ہمارا وہ باخدا نہیں ہے

قولِ احمد ہے علی کا خون میرا خون ہے
ہیں اگر موسیٰ نبی تو مرتضیٰ ہارون ہے

محترم جناب زکریا اشرفی صاحب ایک طویل عرصہ سے ان کے دامن محبت سے وابستہ تھے اور وہ خوب جانتے تھے کہ رشید وارثی اپنے احباب کی دلجوئی، خلوص و محبت سے پیش آتے۔ حفاظ کرام کا بڑا احترام کرتے تھے۔ جہاں برائی، بداخلاقی کے عناصر نظر آتے ضرور دور کرنے کی کوشش کرتے۔

والدین سے محبت کرنا ان کے ایمان و ایقان کی علامت اور ان کی یاد میں آنکھیں برسات کی طرح برستی ہوئی دکھائی دیتی تھیں۔ وہ ایک شعر میں کہتے ہیں:

نامِ سرکار میں آنسو اُمڈ آتے ہیں رشید
اپنے اجداد کی آنکھوں پہ گئیں ہیں آنکھیں

اپنے مرشد گرامی سرکار وارث پاکؒ سے والہانہ عشق و محبت تھا۔ بلکہ فنا فی الشیخ کے مرتبے پر فائز تھے۔ طارق سلطان پوری اور صبر وجدانی نے مرصع اور مسجع خوبصورت اشعار میں ان کو خراج عقیدت پیش کیا ہے۔

صفحہ 28 پر

پیر آف گولڑہ شریف پیر سید معین الحق گیلانی صاحب کی کراچی آمد پر ان کا استقبال اور محفل سماع کا حال مکمل درج ہے اور تمام شریک محفل احباب کے اسمائے گرامی لکھے ہیں اور نیچے تمام احباب کا گروپ فوٹو حسین یادگار ہے۔

صفحات 31 ,30 ,29 پر تصویری خبریں کے عنوان سے فورکلر خوبصورت دیدہ زیب Qtv کے جملہ احباب کی تصاویری البم بہترین ریکارڈ ہے جن میں محترم جناب مدیر نعت نیوز محمد زکریا اشرفی جناب تسلیم صابری، سید صبیح الدین رحمانی صاحب، حاجی عبدالرزاق چیئرمین ARY، حاجی محمد حنیف طیب صاحب آخر میں خواتین جو کہ ایک خاص محفل میلاد میں اپنی عقیدتوں کا اظہار کر رہی ہیں ان کی تصاویر بھی شامل ہیں۔

اگلے صفحہ پر بین الاقوامی شہرت یافتہ ثنا خوان الحاج سید محمد فصیح الدین سہروردی کا انٹرویو ہے جو احباب ان کی نعت شریف سن کر ان کی محبت میں دل گرفتہ تھے ان کا انٹرویو پڑھ کر مزید عشق و محبت کی فضا سے روح کو بالیدگی حاصل ہوگی۔

صفحہ 37 پر استاذ العلماء حضرت علامہ مفتی محمد حسن حقانی اشرفی علیہ الرحمہ کے سانحہ ارتحال پر حضرت علامہ مولانا صابر نورانی کی تحریر نے ان کی پوری زندگی کا احاطہ کیا ہے۔ ان کی زندگی کے مطلع سے لے کر مقطع تک ہر پہلو پر روشنی ڈالی ہے۔

صفحہ 40 سے 42 تک یاد رفتگاں کا سلسلہ خوب سلسلہ ہے۔ الحاج فیاض الدین صدیقی، موصوف مذہبی اسکالر ڈاکٹر عامر لیاقت کے والد شیخ لیاقت حسین معروف ثناخوان الحاج افتخار حسین طاہر، حنیف اخگر ملیح آبادی، شاہ بلیغ الدین، معروف نعت گو شاعر سید ناصر حسین چشتی جن کی نعتیں ملک کے طول و عرض میں مقبول عام کا درجہ حاصل کر چکی ہیں۔ حاجی سمیع قلندری شیخ مقصود الٰہی، حسام الدین صدیقی کے مختصر تعارف کے ساتھ تذکرے ہیں۔

اگلے صفحہ پر پیر آف گولڑہ کی آمد پر کراچی میں عظیم الشان محفل نعت کی رپورٹ مع تصاویر ہیں، رئیس احمد کی تعزیتی نشست بیادِ حضرت رشید وارثی کی رپورٹ بھی اچھی اور حسین یادگار ہے۔

45 صفحہ پر تصویری خبریں کے عنوان سے ملک کے معروف ثناء خواں، کمپیئر، نعت نیوز کے ایڈیٹر مرشد گرامی سید فصیح الدین سہروردی، سید صبیح رحمانی اور دیگر احباب کی یادگار ہیں اور ایک ۲ میں ہیں۔

سید صبیح الدین رحمانی، محمد زکریا شیخ اشرفی اور محمد طارق بن آزاد کا دورۂ فیصل آباد کی رپورٹ ڈاکٹر شبیر احمد قادری جو کہ نعت ریسرچ سینٹر کے افتتاحی تقریب کی روداد ہے اور ساتھ ہی افتتاحی تصاویر بھی خوب یادگار ہیں۔

تعارف کتب کا سلسلہ بھی حوصلہ افزاء سلسلہ ہے۔ سات (7) کتب پر جامع، مختصر اور گراں قدر تبصرے خاصے کی چیزیں ہیں۔

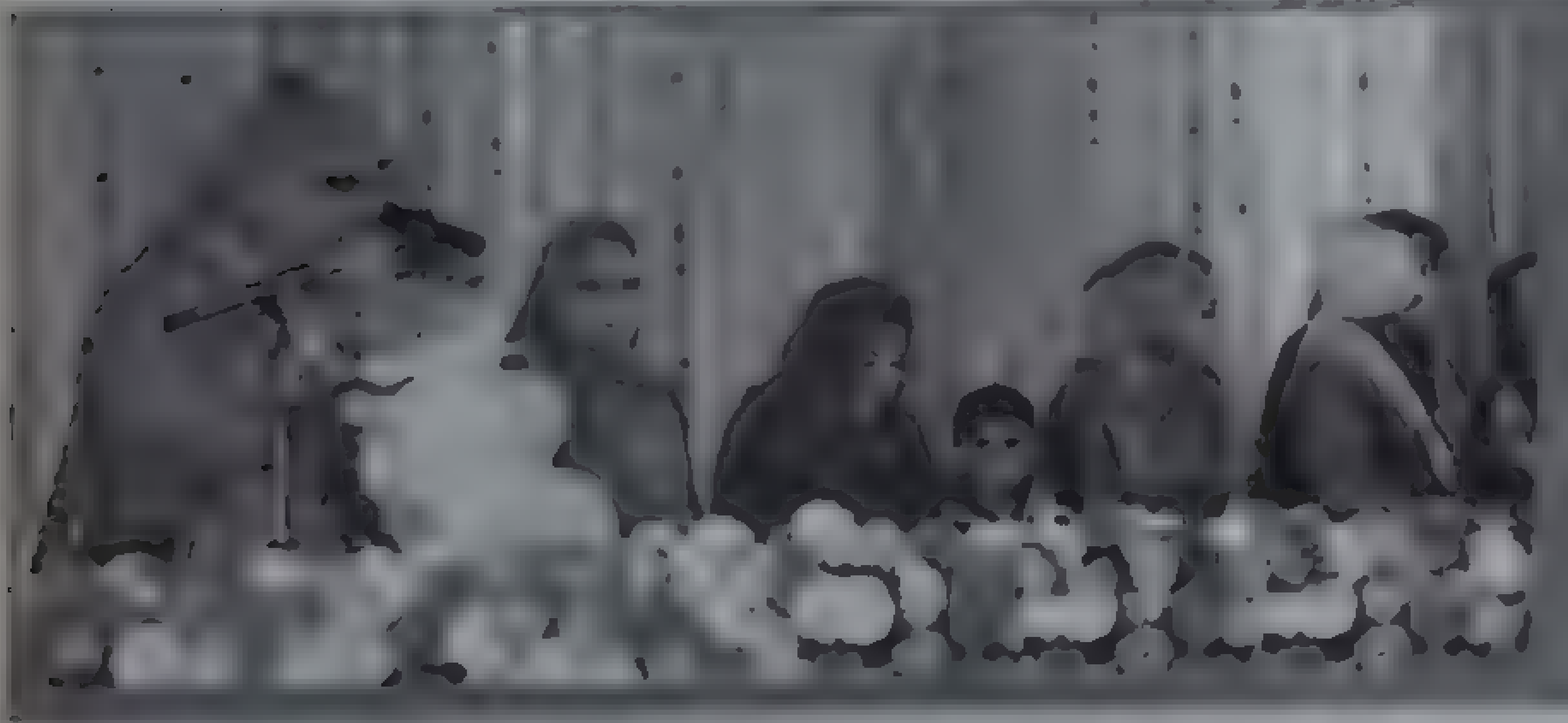
ناصر حنیف کی تحریر، محمد یوسف ورک سے ناظم نعت لائبریری شاہدرہ تک لائبریری کے حوالے سے اچھی خاصی معلومات ہیں۔ مکہ مکرمہ میں صبیح رحمانی کا اعزاز بھی خوب اعزاز ہے۔ نعت نیوز سے وابستگان سے رابطہ کے لیے خطوط اور ان کے جوابات اچھا سلسلہ ہے اور اس کو ہونا چاہیے اور بہتر انداز سے ہونا چاہیے جو کہ رسالہ کے دائرہ کار کو وسیع اور مضبوط کرنے کے لیے بہترین ہے۔

ناصر حنیف کی تحریر، محمد یوسف ورک سے ناظم نعت لائبریری شاہدرہ تک لائبریری کے حوالے سے اچھی خاصی معلومات ہیں۔ مکہ مکرمہ میں صبیح رحمانی کا اعزاز بھی خوب اعزاز ہے۔ نعت نیوز سے وابستگان سے رابطہ کے لیے خطوط اور ان کے جوابات اچھا سلسلہ ہے

انجمن شمع فروزاں (سعود آباد) کے زیرِ اہتمام ملیر نعت ایوارڈ کی تقریب

انجمن شمع فروزاں کے زیرِ اہتمام ربیع الاول میں پہلے ملیر نعت ایوارڈ کا انعقاد زبیر احمد صدیقی کے زیرِ سرپرستی کیا گیا۔ ملیر نعت ایوارڈ کا مقصد محافل نعت سے وابستہ تمام اشخاص کی حوصلہ افزائی ہے۔ اس سلسلے میں زبیر احمد صدیقی نے ملیر نعت ایوارڈ کی تفصیلات بتاتے ہوئے کہا کہ ہمارا بنیادی مقصد عشقِ رسول کو لوگوں کے دلوں میں بیدار کرنا اور فروغِ عشقِ رسالتؐ کے لئے عملی کاوشیں کرنا ہے اس سلسلے میں ہم نے ملیر نعت ایوارڈ کا اجراء کر کے شعبۂ نعت سے تعلق رکھنے والے اشخاص جن میں نعت خواں، نعت گو، آرگنائزرز، اسٹیج ڈیکوریٹر، اور ساؤنڈ سسٹم آپریٹرز وغیرہ کی خدمات کو سراہنے کی کوشش کی ہے، اس سلسلے میں تمام شعبوں سے وابستہ لوگوں کے کوائف جمع کئے گئے اور ایک جیوری کے فیصلے کے مطابق تمام لوگوں کو ایوارڈ دیے گئے، جیوری کے ممبران میں معروف نعت خواں صدیق اسماعیل، محترمہ منیبہ شیخ، معروف صحافی قیصر مسعود جعفری، اطہر جاوید صوفی، پرویز مظہر اور انیق احمد جیسی شخصیات شامل تھیں۔ اس ایوارڈ کا انعقاد میرٹ کی بنیاد پر کیا گیا۔ اس تقریب کے انعقاد میں انجمن کے صدر گلفراز احمد خان، جنرل سیکریٹری شہاب اقتدار، رابطہ سیکریٹری عادل انیس، جوائنٹ سیکریٹری ارشد صدیقی، ممبران حزل، احمد رضا قادری، سید اُسامہ عالم، محمد طاسین، محمد فیروز تیمور علی کے علاوہ آصف شرمیلا اور عاصم علوی نے اہم کردار ادا کیا۔ جن لوگوں کو اس تقریب میں ایوارڈ دیے گئے اُن میں خواتین ثناء خوانوں میں سیدہ عنبرین، ربیعہ جاوید، سیدہ انعم انور اور سائرہ مشتاق جبکہ مرد ثناء خوانوں میں اکرم علی خان، ناصر عزیز اور محمد وسیم شامل ہیں۔ اس تقریب میں خصوصی شرکت کرنے پر محترمہ حوریہ فہیم اور شگفتہ عمران کو بھی خصوصی ایوارڈ پیش کئے گئے، لائف ٹائم اچیومنٹ ایوارڈ مجیب الرحمٰن صدیقی اور ملیر کے بزرگ ثناء خواں نثار احمد مظہری کو پیش کیا گیا۔ فروغِ نعت کے حوالے سے طاہر شیخ اور زاہد رحیم کو جبکہ کمپیئرنگ کے شعبے میں اسماعیل وارثی کو ایوارڈ پیش کئے گئے۔ نعت گو شعراء میں انجم رحمانی اور محمد عاصم قادری کو اسپیشل ایوارڈ سے نوازا گیا۔ آرگنائزنگ کے حوالے سے بزمِ اویس قرنی کے فہیم قادری اور محمد شاہد کو بہترین آرگنائزر کا ایوارڈ دیا گیا۔ اس کے علاوہ کئی اور شعبوں میں بھی ایوارڈ اور چند نوجوان ثناء خوانوں کی حوصلہ افزائی کے لئے ستائشی سند بھی پیش کئے گئے۔ ملیر نعت ایوارڈ کا اجراء فروغِ نعت میں ایک خوش آئند عمل ہے لیکن اس کا دائرہ کار محدود کر کے اس کی افادیت کو بھی محدود کر دیا گیا ہے، کیا ہی اچھا ہو کہ اس کے دائرہ کار کو وسیع کر کے علاقائی سطح کے بجائے شہری یا ممکن ہو سکے تو ملکی سطح پر کیا جائے۔

پاکستانی خواتین ثناء خوانوں کا دورۂ انڈیا



مورخہ 21 مارچ 2011ء سے مورخہ 9 اپریل 2011ء تک پاکستان کی معروف خواتین ثناء خوانوں کے ایک طائفے نے انڈیا کا دورہ کیا۔ اس طائفے میں معروف کمپیئر و نعت خواں عظمیٰ زیدی، حوریہ فہیم، عنبر اشرف، صبا جنید، مریم شمیم اور جویریہ سلیم شامل تھیں۔ انڈیا کے مختلف ریاستوں میں ان ثناء خوانوں کی آمد پر خصوصی محافل کا اہتمام کیا گیا جن میں 22 تا 24 مارچ بھلائی ضلع چھتیس گڑھ، 26 مارچ رائے پور، 27 تا [illegible] مارچ میرکاپور، اور حیدرآباد وغیرہ شامل ہیں۔ اپنے اس دورے کی تفصیلات کے بارے میں نمائندہ نعت نیوز کو عظمیٰ زیدی نے بتایا کہ "ہم نے رائے پور میں ہونے والی محفل کو معروف نعت گو ادیب رائے پوری (مرحوم) کی یاد میں [illegible] پروگرام پہلے سے طے نہیں تھا لیکن جب ہم محفل میں پہنچے تو سب نے خود ہی ادیب رائے پوری مرحوم کی نعتوں کا انتخاب کیا۔ اس کے علاوہ انہوں نے بتایا کہ 25 مارچ کو درگ، چھتیس گڑھ میں ایک محفل کا انعقاد اس جگہ پر کیا گیا جو کہ شمشان گھاٹ کے قریب تھا۔ جب محفل کا آغاز ہونے لگا تو اچانک تیز ہوائیں چلنے لگیں اور فضا میں عجیب آوازیں گونجنے لگیں۔ اسٹیج پر لگائی گئی لائیٹیں گر گئیں اور محفل منتشر ہونے لگی۔ ایسے میں، میں نے تمام خواتین سے کہا کہ "لاحول" کا ورد کریں۔ جیسے ہی "لاحول" کا ورد شروع ہوا فضا خاموش ہوگئی اور حالات نارمل ہو گئے۔ اس کے بعد وہاں بہت عمدہ محفل ہوئی اور خواتین نے خوب روحانی سیرابی حاصل کی۔ اس کے علاوہ حیدرآباد میں ہمارے میزبان حاجی سیٹھ نے دارالسلام حیدرآباد میں محفل کا انعقاد کیا جو کہ بہت بڑے پیمانے پر تھا اس محفل کے آخر میں مجھے اور صبا جنید کو حاجی سیٹھ کی جانب سے عمرے کا ٹکٹ دیا گیا اور الحمدللہ میں انڈیا سے آنے کے بعد عمرے پر گئی۔ انڈیا میں بالخصوص حیدرآباد میں ہمارے پروگرام کے آرگنائزر محمد اشرف صاحب تھے۔

عظمیٰ زیدی نے مزید بتایا کہ پروگرامز کے دوران خواتین ان کے ساتھ اور دیگر ثناء خوانوں کے ساتھ جس محبت سے پیش آئیں اور جس طور پر تمام احباب نے ان کی پذیرائی کی وہ انہیں ہمیشہ یاد رہے گا۔

بزمِ فیضانِ مخدوم اشرفؒ کے زیرِ اہتمام سالانہ محفلِ سماع و عرسِ محبوبِ الٰہیؒ

بزمِ فیضانِ مخدوم اشرفؒ کے زیرِ اہتمام ایک عظیم الشان سالانہ محفلِ سماع و عرسِ حضرت نظام الدین اولیاء محبوبِ الٰہیؒ کا اہتمام مین مارکیٹ شاہ فیصل کالونی نمبر 3، کراچی میں مورخہ 30 اپریل کو کیا گیا۔ جس میں خصوصی طور پر سماع پیش کرنے کے لئے معروف قوال طاہر علی، ماہر علی وہمنوا کو مدعو کیا گیا۔ محفل کی صدارت پیرِ طریقت سید شاہ سراج الحق کاظمی نے کی جبکہ پیرِ طریقت علامہ فیصل بیگ عزیزی اور خواجہ حسن نظامی مہمان خصوصی تھے۔ محفل کا آغاز قول سے ہوا جس کے بعد بزرگانِ دین کے معروف کلام پیش کیے گئے۔ محفل کے اختتام پر صاحبِ مسند نے دعا کروائی۔ محفل کا انتظام والنصرام کا سہرا حاجی اقبال اشرفی اور ان کے رفقاء مظفر اشرفی و برادران، حافظ نعمان اشرفی ودیگر کو جاتا ہے۔ محفل میں عوام الناس کی کثیر تعداد نے شرکت کی۔ محفل کے آغاز اور اختتام پر لنگر کا اہتمام کیا گیا تھا۔

سردار یاسین ملک کی اہلیہ کیلئے فاتحہ، عمائدینِ شہر کی شرکت

وفاق ایوان ہائے تجارت وصنعت کی قائمہ کمیٹی برائے مذہب اور کلچر کے چیئرمین، ہلٹن فارما کے چیئرمین، پی ایس او کے سابق چیئرمین اور معروف سماجی شخصیت سردار یاسین ملک کی مرحومہ اہلیہ کے ایصالِ ثواب کے لئے جمعرات کو سلطان مسجد میں قرآن خوانی اور فاتحہ خوانی کی گئی۔ سلطان مسجد اور یاسین ملک کی رہائشگاہ پر قرآن خوانی اور فاتحہ خوانی میں قائمقام گورنر سندھ نثار احمد کھوڑو، صوبائی وزیر اطلاعات شرجیل میمن، بابر خان غوری، سابق چیئرمین سینٹ محمد میاں سومرو، سابق گورنر سندھ معین الدین حیدر، سابق صوبائی وزیر شعیب بخاری، صوبائی وزیر پیر مظہر الحق، امام الدین شوقین، جامعہ کراچی کے وائس چانسلر پروفیسر ڈاکٹر پیر

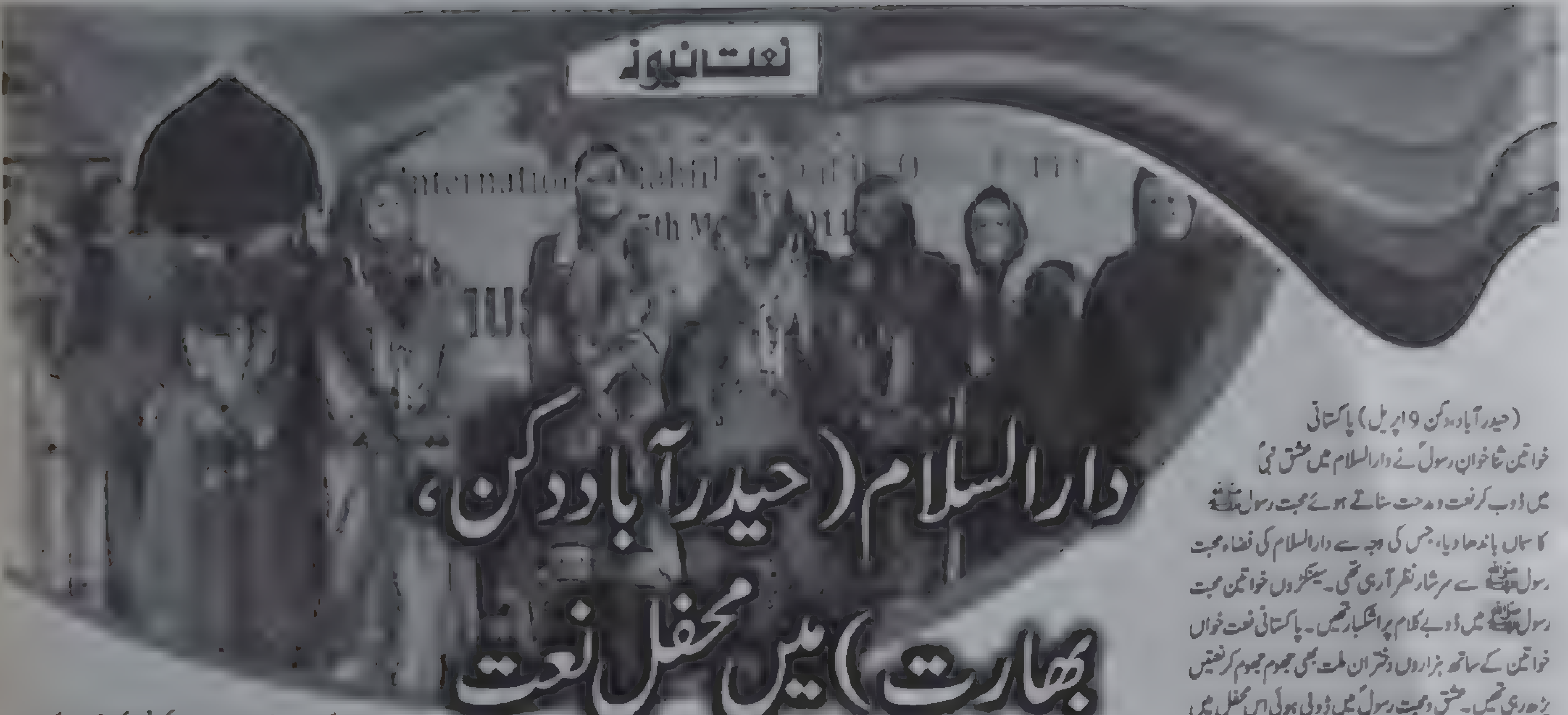
فرید الدین ہلائی، ڈاکٹر عشرت حسین، بریگیڈیئر شاہین، دوست محمد فیضی، خواجہ اشرف، زیڈ اے نظامی، سلیم صبا، شاہنواز اشتیاق، ممبر قومی اسمبلی وسیم اختر، سابق گورنر سندھ ممنون حسین، انوار احمد ٹاٹا، مقصود اسماعیل، مجید عزیز، جمیل یوسف، اے کے میمن، مسعود احمد صدیقی، یحییٰ پولانی، زبیر طفیل، نفیس صدیقی، خالد فیروز عارفین، اشتیاق بیگ، الیاس نینی تالا والا، خرم خلیل نینی تال والا، یوسف شیرازی، اعجاز فاروقی، شکیل احمد ڈھینگرا، میاں ارشد فاروق، افتخار عالم، عاطف بلو، حاجی مسعود پاریکھ، محمود پاریکھ، مسعود احمد صدیقی، اسلم قریشی، یاسین لاکھانی، کاٹی کے سابق چیئرمین میاں زاہد حسین، صدیق شیخ، کیپٹن کمال محمودی، عاطف بلو، شفیق الرحمان پراچہ، خالد امین، دانش خان، میجر مستجاب، آفتاب عظیم، فرخ مظہر، شہباز علی ملک، آئی جی جیل خانہ جات غلام قادر تھیبو، راؤ مشتاق، الطاف ایس ٹی، منشا چھرا، سابق نائب ناظم طارق حسن، مجید ایس ٹی، شجاعت علی بیگ، شوکت احمد، عمر حاجی کریم سمیت بہت بڑی تعداد میں عمائدینِ شہر نے شرکت کی۔ دریں اثناء بینک ملک اتحاد ویلفیئر سوسائٹی کے چیئرمین حاجی محمد حنیف محمدی، چیئرمین سپریم کونسل حاجی عبدالعزیز خلجی، جمعیت علماء پاکستان کے صوبائی سیکریٹری اطلاعات ونشریات ملک محمد شکیل قاسمی، کلاسک ایجوکیشن سسٹم کے سربراہ ملک عبدالناصر خلجی، نعت نیوز کے ایڈیٹر محمد زکریا شیخ الاشرفی ودیگر، ڈاکٹر پیر زادہ قاسم رضا صدیقی نے معروف صنعتکار یاسین ملک کی اہلیہ کے انتقال پر دلی تعزیت کا اظہار کرتے ہوئے دعا کی ہے کہ اللہ تعالیٰ مرحومہ کے درجات بلند فرمائے اور پسماند

محفلِ نعت سجانے والے ہولناک زلزلہ سے محفوظ

''میں بجے پالاں دے لوکی آں'' کے عنوان کے تحت روزنامہ خبریں لاہور (۱۳ر مارچ ۲۰۱۱ء) میں درج ذیل ایمان افروز خبر شائع ہوئی۔

☆ جاپان میں محفلِ نعت سجانے والے 100 پاکستانی زلزلہ، سونامی کے باوجود معجزانہ طور پر محفوظ رہے۔ ☆...... جاپان زلزلہ میں محفلِ نعت منانے میں مصروف ایک سو سے زائد پاکستانی معجزانہ طور پر بچ گئے۔ قیامت کا منظر آنکھوں سے دیکھا، اکثریت اب دن اور رات کھلے آسمان تلے اور کاروں میں گزار رہے ہیں۔ جاپان میں مقیم پاکستانی نوجوان محمد سرور نے روزنامہ خبریں سے گفتگو کرتے ہوئے بتایا کہ زلزلہ اور سونامی کی تباہ کاریوں سے اس وقت مریدکے، لاہور، فیصل آباد، گجرات، سیالکوٹ وغیرہ سے تعلق رکھنے والے ایک سو سے زائد پاکستانی معجزانہ طور پر بچ گئے جب وہ ایک کھلی جگہ پر حضور پاک ﷺ کی شان مبارک میں محفلِ نعت سجا کر بیٹھے تھے۔ محلہ جناح پارک کے شعیب احمد اور محمد فیاض نے بتایا کہ بڑی عمارتیں درختوں کے پتوں کی طرح جھول رہی تھیں۔ (حوالہ مذکورہ)

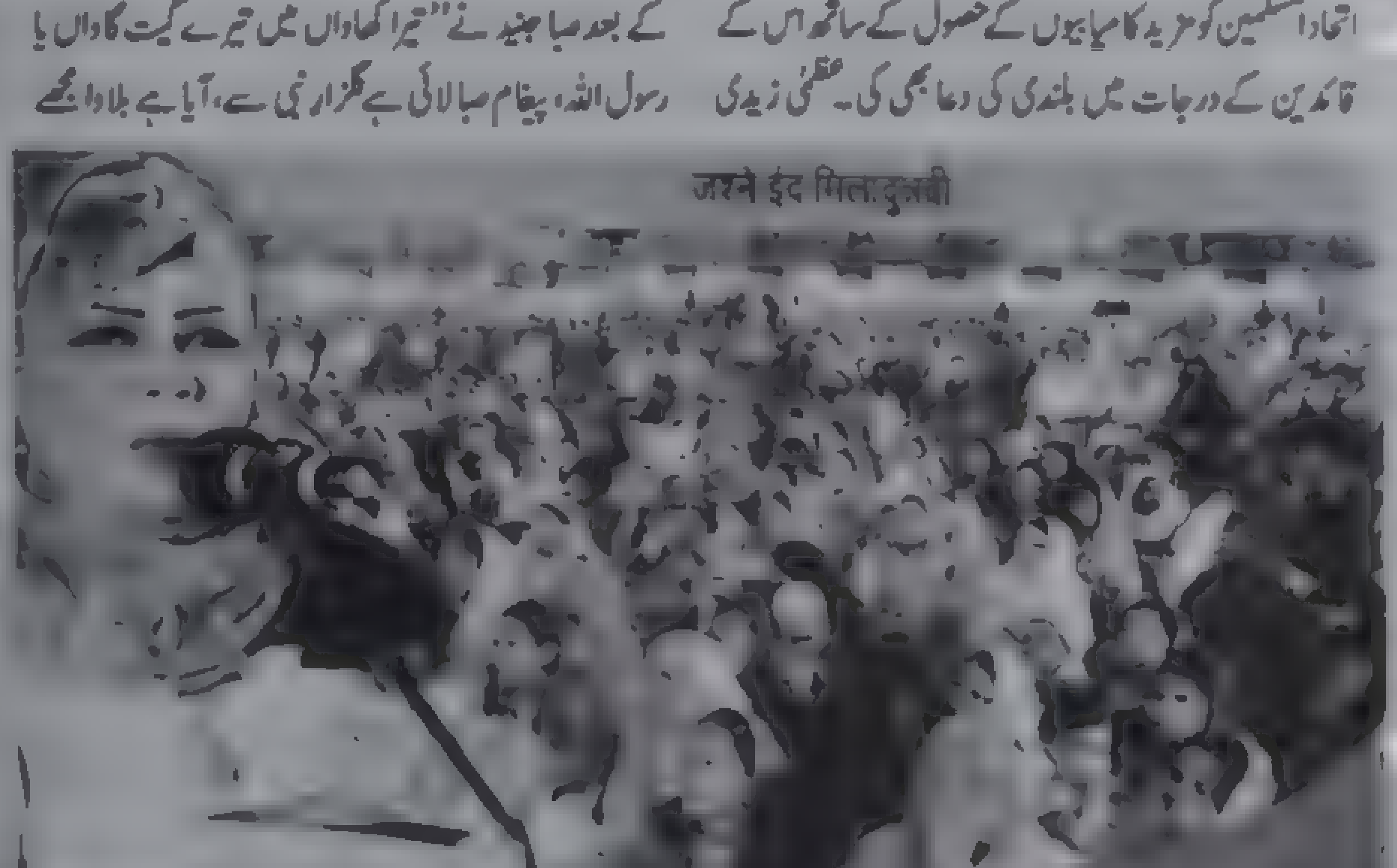
اس کرم کا کروں شکر کیسے ادا
جو کرم مجھ پہ میرے نبی نے کردیا
میں سجاتا تھا سرکار کی محفلیں
مجھ کو ہر غم سے رب نے بری کر دیا



دارالسلام (حیدرآباد دکن، بھارت) میں محفل نعت

(حیدرآباد دکن 9 اپریل) پاکستانی خواتین ثناخوانِ رسولؐ نے دارالسلام میں عشق نبیؐ میں ڈوب کر نعت و مدحت سناتے ہوئے محبت رسول ﷺ کا سماں باندھا دیا، جس کی وجہ سے دارالسلام کی فضاء محبت رسول ﷺ سے سرشار نظر آرہی تھی۔ سینکڑوں خواتین محبت رسول ﷺ میں ڈوبے کلام پر اشکبار تھیں۔ پاکستانی نعت خواں خواتین کے ساتھ ہزاروں دختران ملت بھی جھوم جھوم کر نعتیں پڑھ رہی تھیں۔ عشق و محبت رسولؐ میں ڈوبی ہوئی اس محفل میں شریک ہزاروں خواتین و طالبات بار بار نعرہ تکبیر اللہ اکبر و نعرہ رسالت یارسول اللہ کی صدائیں بلند کر رہی تھیں۔ نعتیہ اور منقبتی اشعار پر والہانہ محبت اور داد کے ذریعہ اے آر وائی کیو ٹی وی کی دنیا بھر میں مقبول عام پاکستانی خواتین ثناخوان رسول کو خواتین دکن نے حیدرآباد کی محبت میں باندھ لیا۔ اس پُرنور محفل کی نگرانی صدر مجلس بیرسٹر اسد الدین اویسی رکن پارلیمنٹ حیدرآباد نے کی۔ محترمہ عظمیٰ زیدی نے محفل نعت کی کارروائی چلائی جسے بے حد پسند کیا گیا۔ انہوں نے محفل نعت کی کارروائی چلاتے ہوئے درمیان میں وقفہ وقفہ سے خطاب بھی کیا اور کہا کہ حیدرآباد تہذیب و تمدن کا گہوارہ ہے اور اپنی منفرد شناخت رکھتا ہے۔ حیدرآباد دکن کے دورہ کے ذریعہ دکن کی شاندار تہذیب سے انہیں واقفیت حاصل ہوئی۔ انہوں نے محفل میں کئی مرتبہ سالار ملت الحاج سلطان صلاح الدین اویسی کی خدمات کو خراج عقیدت پیش کیا۔ بیرسٹر اسد الدین اویسی صدر مجلس و رکن پارلیمنٹ حیدرآباد، جناب اکبر الدین اویسی قائد مجلس مقننہ پارٹی اور جناب برہان الدین اویسی چیف ایڈیٹر روزنامہ اعتماد کا شکریہ ادا کرتے ہوئے کل ہند مجلس اتحاد المسلمین کو مزید کامیابیوں کے حصول کے ساتھ اس کے قائدین کے درجات میں بلندی کی دعا بھی کی۔ عظمیٰ زیدی نے "مبلغ العلیٰ بکمالہ۔ خاک مجھ میں کمال رکھا ہے۔ مصطفیٰ نے سنبھال رکھا ہے" نعت شریف پیش کی۔ اس محفل میں ممتاز ثناء خواں حوریہ فہیم، عنبر اشرف اور جویریہ سلیم کو بار بار سنا گیا۔ ابتداء میں پاکستانی نعت خواں حافظہ جویریہ سلیم کی قرات کلام پاک سے محفل کا آغاز ہوا۔ جس کے بعد انہوں نے "یارحیم الہ یا کریم اللہ حمد یہ کلام پڑھا جس پر تمام ثناخوانوں نے مشترکہ طور پر ان کا ساتھ دیا۔ حمد کے بعد انہوں نے "سب سے اولیٰ واعلیٰ ہمارا نبیؐ۔ ایسا کوئی محبوب نہ ہوا ہے نہ کہیں ہے۔ میں مدت سے اس آس میں جی رہی ہوں" نعتیں سنائیں۔ اس کے بعد مریم فہیم نے "اب میری نگاہوں میں جچتا نہیں کوئی۔ جیسے میرے سرکار ہیں ویسا نہیں کوئی نعت سنائی۔ صدر مجلس بیرسٹر اسد الدین اویسی کی خواہش پر ثناخواں حوریہ فہیم نے حضرت عبدالرحمٰن جامی کی فارسی نعت پاک "تنم فرسودہ جاں پارہ ز عصیاں یارسول اللہ، پڑھی جسے بے حد پسند کیا گیا۔ اس کے بعد ثناہ خواں جویریہ سلیم نے "عشق کے رنگ میں رنگ جاؤ میرے یار۔ تاجدار حرم ہو نگاہ کرم" نعتیں بھی پڑھیں۔ اس کے بعد صبا جنید نے "تیرا کھاواں میں تیرے گیت گاواں یا رسول اللہ، پیغام صبا لائی ہے گلزار نبی سے، آیا ہے بلاوا مجھے دربار نبی سے اور محمد مینا نعتیں پڑھیں۔ ثناخواں امبر اشرف نے قصیدہ بردہ شریف کے اشعار پڑھ کر سامعین میں وجد کی کیفیت طاری کردی اور میں سو جاؤں یا مصطفیٰ کہتے کہتے، کھلے آنکھ صل علیٰ کہتے کہتے" نعتیں بھی سنائیں۔ اس کے بعد سامعین کے بے حد اصرار پر حوریہ فہیم نے مقبول حمد "کعبہ کی رونق کعبہ کا منظر اللہ اکبر اللہ اکبر" پیش کی اور "سیدی سیدی مصطفیٰ مصطفیٰ صل علیٰ صل علیٰ۔ یا محمد نور مجسم یا حبیبی یا مولائی، تصویر کمال محبت تنویر جمال خدائی، میں تو پنجتن کا غلام ہوں" کلام پیش کیے۔ اس کے بعد حوریہ فہیم نے "شیئاللہ یا عبدالقادر" منقبت کے ذریعہ سامعین کو مسحور کردیا۔ اختتام سے قبل انہوں نے آگئے آگئے مصطفیٰ آگئے نعت شریف پڑھی۔ آخر میں سلام بحضور خیرالانام پیش کیا گیا اور دعائیہ منظوم توبہ قبول ہو میری توبہ قبول ہو کلام پیش کیا گیا۔ نعت خواں خواتین نے محفل میں کئی مرتبہ اے آر وائی کیو ٹی وی انڈیا کے چیف کوآرڈینیٹر جناب عبدالسمیع حاجی سیٹھ اور فرزندان کے علاوہ اسسٹنٹ کوآرڈینیٹر جناب محمد اشرف کے لیے بھی دعا کی۔ ابتداء میں "کاروانِ حسان" کی طالبات نے دف پر نعتیہ کلام پیش کیا۔ محترمہ رضوانہ زرّین نے خیر مقدمی خطاب کیا۔ سامعین خواتین کے لیے دارالسلام کے وسیع و عریض گراؤنڈ پر کرسیوں کے علاوہ بڑے اسکرینس بھی نصب کیے گئے تھے۔ جناب حاجی سیٹھ کے ارکان خاندان نے مہمان نعت خواں خواتین کو یادگاری تحائف پیش کیے۔ سامعین میں سے بعض خواتین نے حیدرآبادی سبز چوڑیاں بھی تحفہ میں پیش کیں۔ آخر میں عظمیٰ زیدی کی رقت انگیز دعا پر محفل کا اختتام عمل میں آیا۔ عظمیٰ زیدی اور نعت خواں خواتین کو سامعین نے جذباتی انداز میں وداع کیا۔ محفل کے بیرونی حصہ پارٹی آفس میں مرد حضرات کے لیے نشستوں کا بندوبست کیا گیا تھا۔ جہاں پر جناب سید احمد پاشا قادری معتمد عمومی مجلس رکن اسمبلی اور دیگر مجلسی ارکان اسمبلی مسرس محمد ممتاز احمد خان، محمد مقتدا افسر خان، وکارپوریٹرس کے علاوہ مولانا محمد حامد حسین حسان فاروقی، حاجی سیٹھ محمد اشرف، جناب الیاس حال مقیم مدینہ منورہ موجود تھے۔ محفل نعت کے انتظامات کے لیے بیرونی حصہ میں جناب سید احمد پاشاہ قادری معتمد عمومی مجلس کی نگرانی میں مجلسی کارپوریٹرس محمد نذیر الدین، محمد مبین کے علاوہ نمائندہ کارپوریٹر صمد وارثی، ایم اے حسیم اور دیگروں نے حصہ لیا جبکہ اندرونی حصہ میں مجلس کی خاتون کارپوریٹرس محسنہ پروین (ڈپٹی فلور لیڈر) یاسمین سلطانہ، فرحانہ بیگم، آمنہ بیگم، عشرت سلطانہ، ملکہ النساء بیگم، عائشہ روبینہ، نجمہ سلطانہ، تارابائی، اے اروناور سابق کارپوریٹر رفعت بیگم کے علاوہ مجلسی کارکنان قمر النساء، نسرین سلطانہ اور دوسروں کو متعین کیا گیا تھا۔

(بشکریہ روزنامہ "اعتماد" دکن، انڈیا)



لَیسَ الْعِیدُ لِمَنْ لَبِسَ الْجَدِیدْ
اِنَّمَا الْعِیدُ لِمَنْ خَافَ الْوَعِیدْ

عیدٌ سعید

منجانب: ارشاد احمد قریشی

TRUST ENTERPRISES (OVERSEAS EMPLOYMENT PROMOTERS)

A/4-C, Block-A, Commercial Area, Sindhi Muslim Housing Society, Karachi-Pakistan

Ph: 021-34553078-34539754, E-mail:tent@cyber.net.pk

TRUST ENTERPRISES

عید سعید کی خوشیاں
دوچند کرتی نعت نیوز کی
تازہ اشاعت پر مبارک باد
پیش کرتے ہیں

منجانب: محمد سعید مغل

ایم سعید اینڈ سنز دکان نمبر 2600-E نزد ڈاک خانہ رنگ محل۔ لاہور فون نمبر 92-42-7652398

مراسلات

محترم جناب شاہ ... مدیر نعت نیوز
محمد زکریا شیخ اشرفی صاحب
... کراچی

عرض حال بعد از سلام آپ کی خیریت مطلوب ہے۔ جناب زکریا صاحب مجھے منیر حسین ہاشمی سعیدی صاحب کے توسل سے نعت نیوز ملا اور تاخیر سے ملا اور میں نے اس پر تبصرہ لکھنا شروع کیا۔ رسالہ بہت خوبصورت اور حسین و جمیل انداز سے مزین تھا۔ اختصار کرتے کرتے بھی طوالت کی ... نہ پائی۔

اسی دوران میں میری امی حضور کو فالج کا مرض ہو گیا جس کی وجہ سے کافی پریشان ہو گیا۔ لکھنے لکھانے اور کاروباری معمولات میں کافی ڈسٹرب ہو گئے۔ پھر مجھے تکلیف ہوئی اور میرا آپریشن ہو گیا اور مجھے بھی ... پڑا۔ اب کچھ ہوش آیا اور پہلی فرصت میں آپ کی خدمت میں نعت نیوز پر کیا ہوا تبصرہ ارسال کر رہا ہوں۔ نعت نیوز کے لیے کلام بھی پیش خدمت ہے۔

آپ سے جناب فصیح الدین سہروردی کی خدمت میں کلام پیش کرنے کے لیے فون پر عرض کیا تھا تو آپ نے حوصلہ افزائی فرماتے ہوئے کہا میرا سہروردی صاحب سے اچھا واسطہ ہے ان کو کلام دے دیں گے۔ ان کے لیے بھی کلام بھیج رہا ہوں۔

باقی ان شاء اللہ آپ سے رابطہ ضرور رہے گا۔

نیاز مند

محمد امین ساجد سعیدی

(حاصل پور، بہاولپور)

بخدمت جناب برادرم و برادر طریقت
محمد زکریا شیخ الاشرفی صاحب

سلام علیکم و رحمۃ اللہ

خیریت طرفین کے بعد آپ کی خدمت اقدس میں پہلی مرتبہ بذریعہ خط حاضر ہو رہا ہوں۔ آپ کے حکم کے مطابق اعلیٰ حضرت اشرفی کا دیوان تحائف اشرفی پر خاندان اشرفیہ کے ممتاز فاضل دانشور حضرت محدث شاہ صاحب کچھوچھوی کے بھانجے پروفیسر سید امین اشرف الاشرفی الجیلانی کا مضمون اور حضرت محدث اعظم ہند کے نعتیہ دیوان "فرش پر عرش" پر پروفیسر منیر الحق کعبی (گجرات) کا مضمون "کلام سید الکلام" بھیج رہا ہوں قبول فرمائیں اور کانفرنس کی تصویریں تازہ شمارے میں شائع کر دیں۔

فقط آپ کا بھائی

رفیق اشرفی (لاہور)

السلام علیکم...... زکریا شیخ اشرفی بھائی

امید ہے کہ آپ بالکل خیریت سے ہوں گے اور اپنے فرائض بخوبی سرانجام دے رہے ہوں گے۔ مجھے نعت نیوز کا مطالعہ کرنا بے حد پسند آیا۔ اور میں نے پورا نعت نیوز بے حد شوق اور دل جمعی سے پڑھا۔ نعت نیوز پڑھ کر بہت سی نئی Information ملیں۔ اللہ پاک سے دعا گو ہوں کہ وہ آپ کی اس کاوش کو اپنی بارگاہ عالیہ میں قبول و منظور فرمائیں۔ اور آپ کو صحت و سلامتی اور نعت نیوز کو دن دوگنی رات چوگنی ترقی عطا فرمائیں۔ اور نعت نیوز کا مطالعہ کرنے والوں پر اللہ پاک اپنی رحمت عطا فرمائے۔ آمین ثم آمین!

نیلا آپی آپ کو سلام کہہ رہی تھیں اور کہہ رہی تھیں کہ آصف بھائی جو کچھ نعت نیوز میں چھپوانا ہے وہ دیں۔

مجھے نظر آتا ہے کہ اس رب غفور کا آپ پر بہت بڑا کرم اور فضل و احسان ہے۔ زکریا بھائی میرا نوائے وقت والا Interview اب اپنے نئے شمارے میں شائع کر دیجئے گا۔ میں اس امر پر آپ کا بے حد مشکور رہوں گا۔

محمد آصف منیر (لاہور)

محترم جناب زکریا شیخ الاشرفی صاحب
مدیر نعت نیوز، کراچی

بعد از دعا و سلام امید ہے کہ آپ بخوشی خیر و عافیت ہوں گے۔ جناب معذرت خواہ ہوں کہ بڑے بھائی صاحب کی ہدایت کے باوجود میں آپ کے ساتھ کوئی رابطہ نہ رکھ سکا اور نہ ہی خط و کتابت کر سکا جس کا مجھے خود بڑا افسوس ہے۔ جناب! نعت نیوز کی اشاعت کے آغاز میں آپ نے بھائی صاحب سے بات چیت کی اور پھر چند شمارے آنے کے بعد کوئی شمارہ موصول نہ ہو سکا۔ نعت نیوز سے متعلق مجھ سے چند لوگوں نے پوچھا بھی لیکن میں کچھ بتا نہ سکا۔ جس کی وجہ سے ہم بڑے معذرت خواہ ہیں اور آپ سے معافی کے طالب۔

جناب! اب آپ سے گزارش کی جاتی ہے کہ آئندہ نعت نیوز کا شمارہ جلد از جلد ارسال کیا کریں، میں آپ کا بہت مشکور و ممنون ہوں گا۔

والسلام

آپ کی دعاؤں کا طالب

محمد احمد نواز الغنی بھائی مسعود شہباز غنی (...)

عزیزم زکریا شیخ اشرفی

سلام و دعا!

"نعت نیوز" برادرم شہزاد احمد کے توسل سے موصول ہوا۔ "نعت نیوز" کی اشاعت کے موقع پر میری جانب سے پُرخلوص دعائیں۔ علامہ سیماب اکبر آبادی اور ابرار کرت پوری کی لکھی ہوئی حمد و مناجات اچھی لگی۔ اداریہ میں تم نے جو خوشخبری سنائی ہے اس اچھی خبر پر دلی مبارکباد۔

منظر عارفی کا حمدیہ کلام پُراثر ہے۔ ڈاکٹر شبیر احمد قادری کا مضمون "نعت خوانی کے معاشرے پر اثرات" قابل توجہ ہے۔ آخر میں چند مشورے خلوص و محبت کے ساتھ:

۱۔ حمد و نعت کے فروغ کے لیے جن حضرات نے اپنی زندگی وقف کر دی ہے ان سے جڑے رہو۔
۲۔ "نعت نیوز" کا حمد نمبر ضرور شائع کرنا۔
۳۔ تصاویر کے کیپشن کا پوائنٹ بڑھائیں۔
۴۔ تصاویر و خبر کے دائرے کو وسیع کریں۔ اسے مخصوص دائرے تک محدود نہ رکھیں۔

اللہ تعالیٰ تمہارا حامی و ناصر ہو۔

شاعر حمد و نعت

طاہر سلطانی

مدیر ماہنامہ
"ارمغان حمد" کراچی

1

اس محفل پاک میں خواتین کے لیے آڈیٹوریم سے ملحق ہال میں نشست کا خصوصی اہتمام تھا جہاں بڑی اسکرین پر محفل نعت کی کارروائی براہ راست دکھائی جا رہی تھی۔

محفل میں کراچی ریجنل سمیت کمپنی کی دیگر لوکیشنز سے کافی تعداد میں افسران اور ملازمین نے شرکت کی۔ پروگرام کے آخر میں اکثر حضرات نے اتنی خوبصورت محفل کے انعقاد پر سی ڈی کی سربراہ محترمہ نسرین حسین صاحبہ اور ان کی ٹیم کو مبارک باد پیش کی اور اپنی مسرت کا اظہار کیا۔

اس یادگار روح پرور محفل کے انعقاد میں ایڈمن ڈپارٹمنٹ، سیکورٹی ڈپارٹمنٹ اور سروسز ڈپارٹمنٹ کے افسران اور کارکنوں نے سی سی ڈی کی معاونت کی۔

2

ڈاکٹر شوکت زریں چغتائی (مرحومہ)

ڈاکٹر شوکت زریں چغتائی نے ۱۹۸۰ء میں "اردو نعت کے جدید رجحانات" کے موضوع پر ڈاکٹر نجم الاسلام کی نگرانی میں پی ایچ ڈی کا مقالہ لکھا جو ۲۰۱۱ء میں سید معراج جامی نے بزم تحقیق ادب پاکستان کے زیر اہتمام شائع کیا ہے۔ انھوں نے بطور نعت شناس اپنے تحقیقی مقالے کو پوری ذمہ داری اور محنت سے مکمل کیا اور اس مقالے کی اشاعت سے بلاشبہ تحقیق نعت کی راہیں مزید منور ہوگئی ہیں لیکن افسوس اس بات کا ہے کہ مرحومہ کا یہ مقالہ ان کی زندگی میں شائع نہ ہوسکا لیکن ان محنت کی اجر انھیں اللہ کریم کی بارگاہ سے ضرور ملے گا۔ ۲۶ رمئی ۲۰۰۹ء کو ڈاکٹر شوکت زریں چغتائی اس دار فانی سے کوچ کر گئیں۔ ان کے مقالے کی اشاعت پر ہم ان کے اہل خانہ اور سید معراج جامی کے ممنون ہیں۔

نعت کے ان عظیم خدمت گزاروں کا یہ مختصر تذکرہ صرف اطلاعی نوعیت کا ہے۔ ورنہ ان میں سے ہر ایک کی خدمات کا دائرہ اتنا وسیع ہے کہ ان پر علاحدہ علاحدہ نمبر مرتب کیے جانے چاہئیں۔ اُمید ہے کہ مستقبل میں کوئی صاحب ہمت اس کام کو پایۂ تکمیل تک پہنچائے گا۔ گلزار بخاری نے کیا خوب کہا ہے:

جانے والوں کی کمی پوری کبھی ہوتی نہیں
آنے والے آئیں گے پھر بھی خلا رہ جائے گا

یقیناً یہ خلا کبھی پُر نہ ہوگا۔ آیئے ہم سب مل کر ان تمام نعت کاروں کے حق میں دعائے مغفرت کریں۔

بشکریہ نعت رنگ

3

تم حبیب کبریا ہو
منزل شناس خدا ہو

آپ ہیں تنویر وحدت
آپ ہیں تجسیم کثرت
سرور شاہا کریما
بیکسوں دل نوازا
کیا بتاؤں میں کہ کیا ہو
بعد حق سب کے سوا ہو
آپ خورشید ہدایت
آپ ہیں ماہ نہایت
مجھ کو بھی مل جائے صدقہ
رب حب لی اُمتی کا

سید محترم نے آل نبی ﷺ پر بھی سلام بھیجا ہے اور یوں سلام کی توسیع و تکمیل کی ہے۔

امام و خاتم آل عبا سلام علیک
برادر حسن مجتبیٰ سلام علیک
قرار بخش دل مرتضیٰ سلام علیک
ضیائے چشم رسولؐ خدا سلام علیک
سرور خاطر خیر النساء سلام علیک

سلام میں فضائل و شمائل امام عالی مقام علی جدہ وعلیہ تحیۃ والسلام بڑی خوبصورتی سے بیان ہوئے ہیں۔ نعت کے ترکیبی اجزا میں عشق رسول ﷺ کو جزو اعظم کی حیثیت حاصل ہے اور سید صاحب کا سینہ نور عشق رسالتؐ سے منور ہے ان کی زندگی کا لمحہ لمحہ اس عشق کی نذر ہوا ہے۔ ان کا مرنا، ان کا جینا سب رسول خدا ﷺ کے لیے ہے اور اس کے بغیر ایمان کی عمارت نامکمل ہے۔

برائے مصطفیٰؐ مردن برائش زیستن سید
بریں تعمیر ایمان و بریں تکمیل ایماں شد

4

سیدہ اُمامہ واحد 1998 سے ریڈیو پاکستان حیدرآباد سے منسلک ہیں اور با[illegible] حیثیت سندھی / اردو نعت خواں "A" کیٹگری میں باقاعدہ Approved ہیں۔

سیدہ اُمامہ واحد پاکستان ٹیلی وژن [illegible] حیثیت سندھی / اردو نعت خواں "A" کیٹگری میں Approved ہیں۔ ان کی آواز میں پڑھی ہوئی سندھی / اردو [illegible] ریڈیو پاکستان حیدرآباد، FM-101 حیدرآباد اور ملک FM-105 حیدرآباد سے عموماً نشر ہوتی رہتی ہیں۔ سیدہ اُمامہ واحد کی آواز میں پڑھی ہوئی سندھی / اردو ریکارڈ شدہ [illegible] نعت رسول مقبول ﷺ، سلام اور منقبتیں ماہ محرم الحرام، ماہ ربیع الاول اور رمضان المبارک میں خصوصاً اور عام دنوں میں عموماً PTV، GEO TV، ARY/QTV، KTN TV، SINDH TV، MEHRAN TV، AWAZ TV اور DHOOM TV وغیرہ سے بھی نشر ہوتی رہتی ہیں۔ سیدہ اُمامہ واحد کو ARY/QTV کے براہ راست نشر ہونے والے ہفتہ وار پروگراموں "خواتین ٹائم" اور "حریم نعت" میں متعدد بار مہمان نعت خواں کی حیثیت سے مدعو کیا جاتا رہا ہے جس میں انہیں ناظرین کی ٹیلی فون پر کی جانے والی فرمائش پر حمد باری تعالیٰ، نعت رسول مقبول ﷺ اور منقبت پڑھنے کی سعادت حاصل ہوتی ہے۔ انہیں عموماً پاکستان ٹیلی وژن، ریڈیو پاکستان اور ARY/QTV کے زیر اہتمام محافل میلاد (خواتین) میں شرکت کے لیے مدعو کیا جاتا ہے۔ خواتین کی یہ محافل میلاد ان چینلوں سے اکثر نشر ہوتی رہتی ہیں۔ ان کی آواز میں [illegible] ریکارڈ شدہ سندھی / اردو حمد و نعتیں انٹرنیٹ www.youtube.com پر بآسانی دیکھی جاسکتی ہیں۔

سیدہ اُمامہ واحد کو گزشتہ 13 سال سے سرکاری و غیر سرکاری کانفرنسوں و تقاریب کے ابتداء میں حمد باری تعالیٰ اور نعت رسول مقبول ﷺ پڑھنے کی سعادت حاصل ہوری ہے۔ سیدہ اُمامہ واحد کو حیدرآباد، کراچی، اندرون سندھ، اور صوبہ پنجاب کے مختلف شہروں میں اب تک 600 سے 700 محافل میلاد مصطفیٰ ﷺ میں شرکت کرکے حمد باری تعالیٰ، نعت رسول مقبول ﷺ، سلام اور مناقب پڑھنے کی سعادت حاصل کر چکی ہیں۔

عطیات کتب برائے نعت نیوز لائبریری

نمبر شمار	کتاب	مصنف/مرتب	سن اشاعت	ناشر	عطیہ کنندہ
1	عہد نبویؐ میں ریاست کا۔۔۔ارتقاء	ڈاکٹر نثار احمد	2008ء	نشریات، اُردو بازار، لاہور	راجا صداقت
2	اسلامی قانون جنگ و امن اور قیام امن عالم	ڈاکٹر طلعت صدیقی	ستمبر 2008ء	شعبہ تصنیف و تالیف جامعہ کراچی	راجا صداقت
3	شافع محشر (براھوی زبان میں)	نادر شاہواری	2007ء	براھوی اکیڈمی پاکستان، کوئٹہ	راجا صداقت
4	خطابات نبویؐ	سید عزیز الرحمٰن	فروری 2009ء	زوار اکیڈمی، کراچی	راجا صداقت
5	اسلام و اصلاح معاشرہ	ڈاکٹر زینت ہارون	2008ء	شعبہ القرآن والسنہ، کلیہ معارف اسلامیہ، جامعہ کراچی	راجا صداقت
6	منزل مقصود	سید محمد خورشید الحق حسین	اپریل 2011ء	ٹرسٹ انٹر پرائزز، کراچی	ارشاد احمد قریشی
7	مدحت (کتابی سلسلہ) شمارہ نمبر 2	سرور حسین نقشبندی	جون 2010ء	نعت فورم انٹرنیشنل، لاہور	رئیس احمد
8	آوازِ دل	ڈاکٹر عاصی کرنالی	2006ء	ڈاکٹر عاصی کرنالی، ملتان	یاسین دربادی
9	ہم ترا انتظار کرتے ہیں	شاکر حسین شاکر	اپریل 2005ء	کتاب نگر، ملتان	یاسین دربادی
10	پنجابی نعت	ڈاکٹر آفتاب احمد نقوی	نومبر 2005ء	پاکستان پنجابی ادب بورڈ	رئیس احمد
11	خلد سخن	ریاض حسین چودھری	2009ء	تعمیر انسانیت	ریاض حسین چودھری
12	تاجدار ملک سخن	پروفیسر محمد اکرم رضا	ندارد	المدینہ دار الاشاعت لاہور	پروفیسر اکرم رضا
13	نور درویش	پیرزادہ ڈاکٹر ہارون الرشید کاشمیری	ستمبر 2009ء	فاروق گرافکس، فیصل آباد	نبیلہ سکھیرا قادری
14	درویش صادق	پیرزادہ ڈاکٹر ہارون الرشید کاشمیری	مارچ 2009ء	فاروق گرافکس، فیصل آباد	نبیلہ سکھیرا قادری
15	پیام رومی (کتابی سلسلہ)	حمیرا راحت	اپریل 2011ء	خانقاہ نظامیہ گلزار۔۔۔کراچی	حمیرا راحت
16	تذکرہ (کتابی سلسلہ)	منظر عارفی / انور جاوید ہاشمی	نومبر 2010ء	سید قاسم	منظر عارفی
17	مشکل کشا (جلد اوّل، دوئم)	علامہ صائم چشتی	جنوری 2008ء	شبیر برادرز، لاہور	لطیف ساجد
18	شاہ خوباں	علامہ صائم چشتی	مارچ 2004ء	چشتی کتب خانہ، فیصل آباد	لطیف ساجد
19	مدینے دے پھل	علامہ صائم چشتی	2002ء	چشتی کتب خانہ، فیصل آباد	لطیف ساجد
20	یا محمدؐ	علامہ صائم چشتی	2010ء	چشتی کتب خانہ، فیصل آباد	لطیف ساجد
21	ارمغانِ مدینہ	علامہ صائم چشتی	2007ء	چشتی کتب خانہ، فیصل آباد	لطیف ساجد
22	طٰہٰ تے یٰسٓ	علامہ صائم چشتی	مارچ 2004ء	چشتی کتب خانہ، فیصل آباد	لطیف ساجد
23	مناقب امام حسینؓ	ڈاکٹر ظہور احمد اظہر	ندارد	یونیورسٹی آف فیصل آباد	عطاء المصطفیٰ نوری
24	ارض ارجؐ	شفیق احمد فاروقی	ربیع الاوّل ۱۴۳۰ھ	طیب گروپ آف انڈسٹریز	عطاء المصطفیٰ نوری
25	سلام ربی علی نبی	شفیق احمد فاروقی	اگست 2009ء	طیب گروپ آف انڈسٹریز	عطاء المصطفیٰ نوری

نوٹ: نعت نیوز لائبریری کے لئے موصول ہونے والی دیگر کتب کی فہرست جگہ کی کمی کے باعث شائع نہ کی جاسکیں۔ جس کے لئے ادارہ معذرت خواہ ہے۔ دیگر احباب سے بھی گزارش ہے کہ وہ نعت نیوز لائبریری کیلئے اپنے مطبوعات ارسال فرمائیں تاکہ محبان نعت اس سے استفادہ کرسکیں۔

Khazina e Noor written and published by Samia Naz Iqbal

The poet of this book is fluent in the language of urdu, inspired by the love and passion for our beloved Prophet Muhammad (sallallaho alai wasalam), set out on a stimulating, spiritual and uplifting journey.

A journey of the soul, enlightened and overwhelmed with beautiful poetic words in grace, praise and in high esteem of the Prophet ((sallallaho alaiyhey wasallam). Poetry formed in deep meaning and understanding of the magnificent existence of Prophet Muhammad ((sallallaho alaiyhey wasallam).

In 1994 Samia Naz Iqbal wrote the very first naat of her book

"Madiney ko jaouN yeh armaan hai, Muhammad ((sallallaho alaiyhey wasallam) pay dil mera qurbaan hai"

In 2007 the book was published and by the Grace of Almighty Allah (subhan wata allah) and the blessings of the Holy Prophet Muhammad ((sallallaho alaiyhey wasallam) achieved a great success and response.

Samian Naz Iqbakl compiled a total of 84 naats of whcih you will find 13 are written in punjabi.

The title Khazina e Noor (treasure of light) was chosen as the poet felt every word, every letter uttered by her in poetry is a noor (enlightment). Therefore the book holds a treasure of enlightment.

The glossy cover of the book has an eye catching illustration of the guNbad e khazra illuminated with blue light in the background and quoted with a heart felt verse by the poet

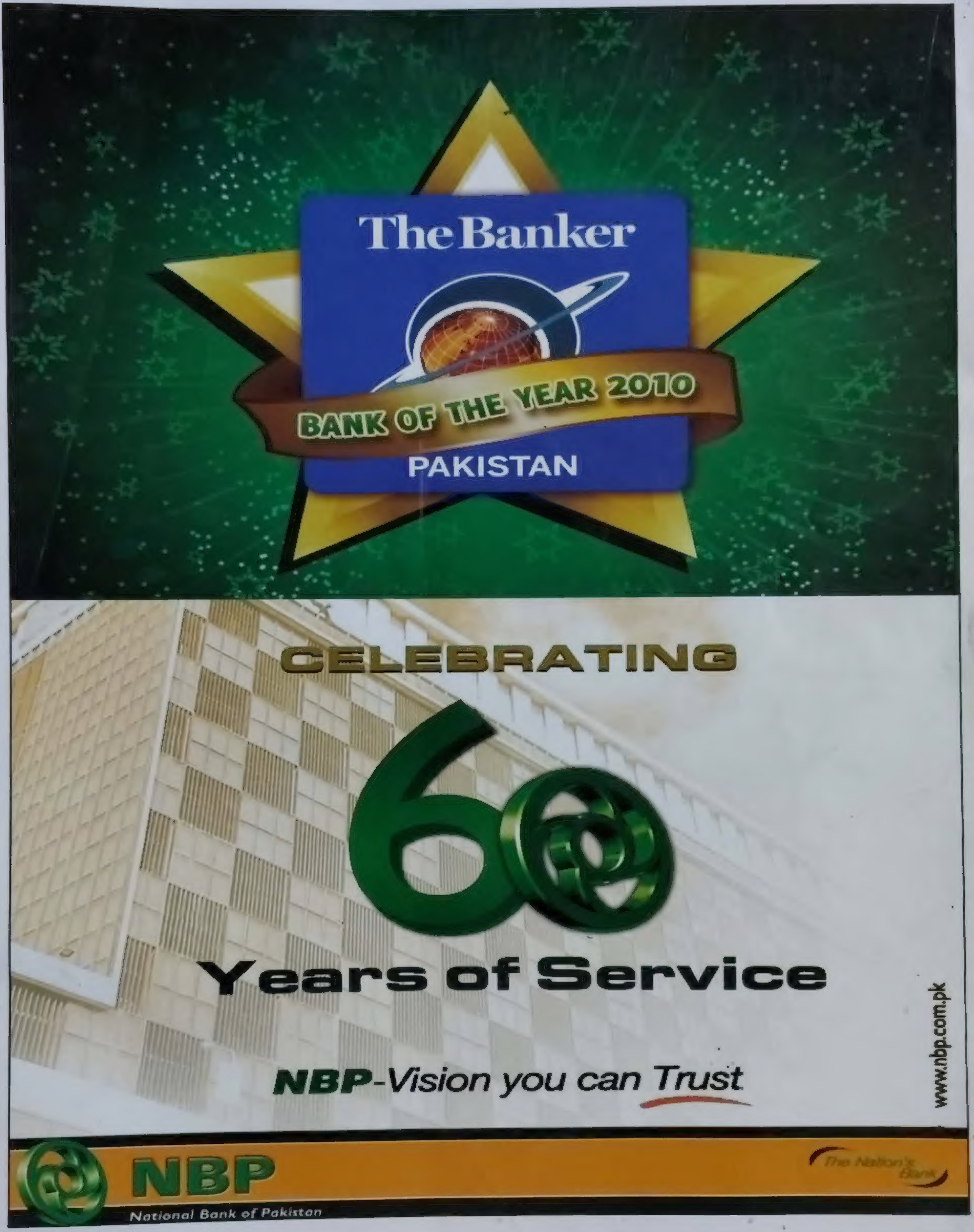
"Yaad e Ahmed sey lo lagaouN maiN, baqi duniya ko bhool jaouN maiN, bhool jaaiy mujhey mera aalam, bas Muhammad ((sallallaho alaiyhey wasallam) ko yaad aaouN maiN"

From cover to cover the entire book has been specially designed with soothing patterns and colours, the urdu layout on every glossy page makes it clear and easy for the reader. To signify the closing pages of the book the poet ended with selected verses from "qaseeda burda shareef" ending with a picture of mehrabs as the back cover of the book.

By Sameena Khan

(A Member of
Naat Research Centre
Leeds UK)

vefa 5
کی خوبیوں کے ساتھ
Health is Wealth
دولت جاتی ہے جب صحت میں خرابی آتی ہے۔
ڈاکٹر کی فیس، دوا اور ٹیسٹ کے بل، ہسپتال کے چکر،
سب ہی گھٹاتے ہیں آپ کی دولت۔
اپنی فیملی کی Health اور Wealth دونوں کے لیے
آپ کو فیصلہ کرنا چاہیے صرف حبیب کوکنگ آئل۔
vefa 5 کی طاقت اور Zero کولیسٹرول کا وعدہ،
جو سنبھالے Health اور Wealth
صرف حبیب کوکنگ آئل۔
Habib
کیونکہ یہ دل کا معاملہ ہے!


The Banker
BANK OF THE YEAR 2010
PAKISTAN
CELEBRATING
60
Years of Service
NBP-Vision you can Trust
www.nbp.com.pk
NBP
National Bank of Pakistan
The Nation's Bank